A testnevelés tanítása

A MŰVELŐDÉSÜGYI MINISZTÉRIUM MÓDSZERTANI FOLYÓIRATA
VII. ÉVFOLYAM
1971.

I.

Bognár Károly felvétele

A testnevelés tanítása

Szerkesztő
Burka Endre

Szerkesztő bizottság
Beke Mártonné
Bellay Lászlóné
dr. Kálmánchey Zoltán
Nyíri János
Paku Ernő
Raffel Zoltán
Sós István
dr. Székely Gabriella
Takács Ferenc

E számunk munkatársai: Burka Endre főiskolai docens, Budapest, *Farmosi István* főiskolai testnevelő tanár, Kaposvár, *Fertői Pál* szakfelügyelő, Keszthely, *N. Gombos Marianna* pszichológus, Budapest, *Herendi Vilmos* főorvos, Budapest, *dr. Juhász Károly* Pedag. Szakszerv. KV munkavédelmi főfelügyelő, Budapest, *Kobela Lehelné* MTS OT munkatársa, Budapest, *Nyíri János* MM főelőadó, Budapest, *Somorjai László* nyug. szakfelügyelő, Hajdúnánás, *Sós István* MTS OT csoportvezető, Budapest, *Takács Ferenc* főiskolai adjunktus, Budapest.

Megjelenik évente hatszor

TARTALOM

Iskolai sportunkról (Sós István, Kobela Lehelné) 1
Nyíri János: A középiskolai testnevelés Franciaországban (IV) 8
N. Gombos Marianna: Az igényszint vizsgálata 12
Burka Endre: Adalékok a tantervelmélethez (IV) 15
Dr. Juhász Károly: A testnevelés felszerelési, eszközellátottsága szintjéről 19
Farmosi István—Fertői Pál: Magasugrás egész éven át 24
Somorjai László: Az erő forrása 27
SZEMLE 26
SZAKIRODALMI FIGYELŐ 31

Szerkesztőség: Budapest VII., Gorkij fasor 17—21, OPI Testnevelési Tanszék — Telefon: 228-203, 228-238 228-609, 108-as mellék — Kiadja a Tankönyvkiadó, Budapest V., Szalai u. 10—14 — A kiadásért felelős: dr. Vágvölgyi Tibor igazgató — Terjeszti a Magyar Posta — Előfizethető bármely postahivatalnál, a kézbesítőknél, a Posta hírlapüzleteiben és a Posta Központi Hírlap Irodánál (KHI. Budapest V., József nádor tér 1. sz.) közvetlenül vagy postautalványon, valamint átutalással a KHI. 215—96162 pénzforgalmi jelzőszámára. Előfizetési díj egész évre: 14,40 Ft — Egyes példányok beszerezhetők a Budapest V., Bajcsy-Zsilinszky út 76. sz. alatti hírlapboltban
Példányonkénti eladási ár: 2,40 Ft
70.5382 Egyetemi Nyomda, Budapest
Felelős vezető: Janka Gyula igazgató

Iskolai sportunkról

Az úttörő és diák sportjelvényszerző versenyek tapasztalatai

Még csak a kísérleti iskolákban szerzett tapasztalatokról beszélhetünk, s még távol vagyunk a végleges tapasztalatok összegezésétől. 1970. szeptembertől ugyanis 29 általános és 37 középfokú iskolában csak kísérleti jelleggel került bevezetésre a sportjelvényszerző verseny. A néhány hónapos tapasztalat kedvező, mert a tanulóknak kb. 60—80 százaléka jelentkezett. A szervezési munkát megnehezítette, hogy a bevezetést nem előzte meg semmiféle hírverés, falragaszok sem hívták fel a tanulók figyelmét. A nevelők még a jelvényt sem tudták a tanulóknak megmutatni, mert még nem volt jelvény. Ilyen körülmények között a jelentkezések arányát kedvezőnek kell tartanunk. A tanulók részéről a jelvényszerzés iránti kedv és érdeklődés tehát megvan. A nevelők részéről is hasonló tapasztalható, igaz, a nevelők önként jelentkeztek a kísérlet levezetésére.

Ott, ahol a szervezésbe a nevelők bevonták a diákaktívákat, a nevelőknek nem jelentett különösebb munkát a beindítás. Az egyik nevelő meg is mondta, azért tetszik neki ez a jelvényszerzés, mert nem jelent számára adminisztrációt. (A tervezet elkészítésekor az egyik fő szempont is ez volt, mert minden iskolai mozgalomban a testnevelőknek meghatározó szerepük van.) Az önértékelő lapokat általában az osztály sportfelelősei kezelik, ők gyűjtik a háziversenyekről készült adatokat is. Az egyik iskolában a 8. osztályos úttörők feladatul kapták a kisdobosok patronálását, amit nem várt lelkesedéssel látnak el. Ők készítik fel a kisdobosokat a próbák letételére is. A próbák letételéről még e sorok írásakor nem adhatunk egységes képet, hiszen az őszi hónapok elsősorban a labdajátékoknak és az atlétikának kedveztek. A legtöbben így ezekre a sportágakra jelentkeztek. Ami várható is volt, a tornára már kevesebben jelentkeztek, de a sportág mind az általános, mind a középfokú iskolákban amúgy sem mozgat meg nagyobb tömegeket.

A kísérleti iskolák a félév tapasztalatairól írásban számoltak be, s amennyiben indokolt, úgy szabálymódosításra is sor kerül. Többen máris megszívlelendő javaslatokat tettek, pl. a négy mérkőzést ősszel és tavasszal kellene teljesíteni, így nyolc mérkőzés után kaphassák meg a tanulók a jelvényt. Ezzel a folyamatos sporttevékenységet lehetne biztosítani.

A szabályzat véglegesítését még több országos szintű értekezleten vitatjuk meg, lehetőséget adva a széles körű véleménynyilvánításra, javaslattevésre.

Nem kis gondot jelentett a jelvények megterveztetése és legyártása. Összesen 22 fajta jelvény szükséges (kisdobos 1, 5—6. osztály 3, 7—8. osztály 6, a középfok I—II. osztály 6, III—IV. osztály szintén 6 jelvény. E 22 fajtát két kivitelben: ezüstben és aranyban kell elkészíteni).

Az MTS Országos Elnökségének jóváhagyása után központi feladat a bevezetéshez szükséges dokumentációk elkészítése, sokszorosítása, az iskolába való eljuttatása. Ha semmi akadály sem jön közbe, akkor minden bizonnyal sor kerül az 1971. szeptemberi országos bevezetésre.

A fejlődés útján

A középfokú iskolák sportjában az utóbbi években egyre erősebben mutatkoznak a fejlődés jelei. E megállapítást a gyakorlati intézkedésekből, az iskolákban tapasztalható fellendülésből vonhatjuk le.

Tekintsük át röviden, mi is történt az elmúlt néhány évben a középfokú iskolák sportjában.

Néhány rendelkezés

Mindenek előtt indokolt volt az iskolai sportkörök célját, szervezeti kereteit tisztázni, nem feledkezve meg a tesnevelők erkölcsi és anyagi megbecsüléséről sem. Így született meg az MTS Országos Elnökségének a középfokú iskolai sport egyes kérdéseiről szóló 1/1968. (MTS É.1.) számú határozata, illetve az ehhez kapcsolódó útmutató. Az itt lefektetett elvek helyességét a gyakorlat igazolta. Ma már mindenki előtt világos, hogy az iskolai sport célja kettős: egyrészt lehetőséget biztosítani a *tömegek* számára a sportolásba való bekapcsolódásra, illetve a sportban *tehetséges tanulók* számára a magasabb szintű képzés biztosítása.

A tömegsport szervezeti kerete a tömegsportórák, amelyek lehetőséget biztosítanak az iskolán belüli tömegsportra, házibajnokságokra. A nevelőnként megállapított heti 6 tömegsportóra kiegészítheti a heti kötelező óraszámot, azon felül pedig óradíj illeti a nevelőt, amelyet az iskola fizet. A sportban tehetséges tanulók foglalkoztatása a sportági szakosztályokban folyik, itt már a tanulók a sportági szövetségi versenyrendszerbe kapcsolódnak be. A szakosztályok vezetéséért a nevelők külön díjazásban részesülnek. Azt mondhatjuk tehát, hogy egy időre (semmi sem tarthat örökké) rendeződtek a szervezeti, személyi kérdések.

A tömegsportról

Az iskolán belül évről évre növekszik a tömegsportba bekapcsolódó tanulók száma. A részvételt országosan 50—70 százalékosnak tarthatjuk a tanulók összlétszámához viszonyítva. Szabolcs megyében néhány sportágban az indulók száma megközelítette az iskola létszámát. Borsod megyében a tanulók részvétele iskolánként 40—90 százalék között mozgott az elmúlt tanévben. Csongrádban 52 százalékot értek el. Vas megyében 14 sportágban rendeztek az iskolák házibajnokságokat. Fejér megyében 13 sportágban 29 529-en indultak, holott a megye középfokú iskoláinak tanulói létszáma 12 879 fő volt. Nem egy megyében ma már a tömegsport egyre inkább az iskolák ügyévé válik, jelentőségének megfelelően viseli gondját az iskolavezetés, a KISZ-szervezet is.

A bajnokságokról

Az iskolák két bajnoki rendszerben vehetnek részt, egyrészt a központi versenykiírás alapján az *országos*, másrészt az MTS megyei (budapesti) tanácsai versenykiírásai alapján a *helyi* (megyei, járási, városi stb.) bajnokságokban.

Az országos bajnokságok újbóli bevezetése indokolt volt, az érdeklődés évről évre fokozódik iránta. (Részletes ismertetését lásd külön cikkben.)

A helyi bajnokságokat több sportágban írják ki, mint amelyekből országos bajnokság van. A sportágak megállapítása a helyi TS-ek hatáskörébe tartozik. Borsod megye pl. 22, Baranya 13 bajnokságot írt ki.

Örvendetesen emelkedik a bajnokságban részt vevő csapatok és egyéni indulók száma is. Győr megyében a múlt tanévben 173 csapat indult, az előző évi 123 csapattal szembem. Zalában az 1968-as megyei atlétikai bajnokságban 116, az 1969-esen 143, az 1970-esen pedig 202 induló volt. Budapesten szintén az elmúlt tanévben a bajnokságban atlétikában 205, a kosárlabdában 171, a kézilabdában 109 csapat nevezett. A helyi bajnokságokat a megyéken (Budapesten) belül nem egységes elvek szerint bonyolítják le. Ennek okai az iskolák számában és területi elhelyezkedésükben mutatkozó nagyfokú eltérésekben kereshetők. Más adottságok közepette lehet és kell is a bajnokságokat lebonyolítani a kisebb megyékben, ahol az iskolák száma a 20-at sem éri el, mint pl. Budapesten, ahol közel 160 középfokú iskolai sportkör működik. Ezért a helyi versenyek lebonyolítási rendszere, a tanulók száma, a csoportba sorolás stb. tekintetében váltakozó képet találunk. Mindenütt keresik azonban azt a legalkalma-

sabb lebonyolítási formát, amely a tanulók rendszeres és folyamatos foglalkoztatását biztosítja.

Az irányításról

E téren is bizonyos javulás tapasztalható. Úgy gondoljuk, hogy érezhetőbbé vált a központi irányítás hatékonysága. Minden évben sor került néhány országos értekezlet tartására, ahol igyekeztünk közös munkával megfogalmazni az irányítás elvi, módszertani, szervezeti kérdéseit. Ennek kedvező hatása a helyi irányítási munka javulásában mutatkozott meg.

Több megyében újjáalakultak az MTS tanácsai mellett társadalmi szakbizottságként működő középfokú iskolai sportbizottságok. Ezekre a sportbizottságokra ma már egyre nagyobb mértékben támaszkodnak a megyei MTS-elnökségek. Vannak megyék (pl. Baranya, Békés, Csongrád, Győr, Hajdú, Nógrád, Szabolcs), ahol a sportbizottságok jól látják el feladatukat, kézben tartják a terület középfokú iskoláinak sportját. Ugyanez mondható el a budapesti sportbizottságról is.

A helyi irányításhoz számíthatjuk az írásos anyagok megjelentetését (tájékoztatók, körlevelek, híradók), amelyeket a sportbizottságok rendszeresen megjelentetnek. Itt kell megemlítenünk a TS-ek és a KISZ-bizottságok jó együttműködését. A MTS szervei hathatós segítséget nyújtottak a különféle KISZ-sportrendezvények lebonyolításához is. (Barátság ötpróba, KISZ-kupák, vagy egyéb versenyek, Országjáró Diákok Találkozói, vizitúrák, diáknapok versenyei stb.) Hasonló módon nyújtottak segítséget a KISZ szervek a TS-ek által rendezett különféle bajnokságok, versenyek lebonyolításához, díjazásához.

Az anyagi támogatásról is meg kell emlékeznünk. Az MTS Országos Elnökség intézkedési terve előírja, hogy a középfokú iskolai sport országos támogatási összegét évenként kb. 5 százalékkal kell emelni. Az elmúlt évben ez a támogatás közel 40 százalékot tett ki, hiszen az új feladatok minden esetben megfelelő anyagi fedezettel kerültek bevezetésre (országos bajnokságok sportágainak bővülése, a sportkörök tevékenységének pontozásos versenyben való értékelésének díjazása, sportfelszerelések beszerzésére fordított támogatás stb.) A központi támogatáson felül az MTS megyei (Bp.) tanácsai is fokozatosan emelkedő anyagi támogatást biztosítottak.

Összegezésként megállapítható, hogy az utóbbi években néhány kérdésben előreléptünk. Megindultunk a fejlődés útján, de még korai lenne az eddigi eredményekkel megelégedni. Még sok feladat vár megoldásra. Hogy csak egyet említsünk: bár lényegesen emelkedett az anyagi ráfordítás összege az utóbbi években, de ez az emelkedés az iskolai sportkörökön kívül jelentkezett és nem a sportkörökön belül. Vagyis, a központi támogatás összegét még nem sikerült országos szinten számottevően úgy is emelni, hogy ez az iskolai sportkörök pénztárkönyveiben is érezhetővé vált volna.

Az illetékes állami, társadalmi szervek további erőfeszítésére van tehát szükség, hogy a megkezdett úton továbbhaladjunk.

Sós István

A középfokú iskolák országos bajnokságairól

A középfokú iskolák országos bajnokságai 4 évig, 1964-től 1968-ig szüneteltek. Újbóli bevezetését az MTS OT 1967-ben határozta el. Létjogosultságukat az elmúlt 3 évben megrendezett bajnokságok számadatai és szakmai színvonala igazolták. Az elmúlt tanévben harmadszor kerültek megrendezésre az atlétika, kosárlabda és torna sportág bajnokságai, míg első ízben a kézilabda- és a röplabdabajnokságok. A bajnokságoknak a tanulók körében meglevő népszerűségét bizonyítják a számadatok, amelyek a tanulók egyre nagyobb számban történő bekapcsolódását mutatja.

A bajnokságok erkölcsi értékét és jelentőségét mutatja az a tény, hogy a tanulók a bajnokságok során megfelelő felelősséggel és akarással küzdenek iskolájuk színeiben.

A három év számadatainak alakulása:

Sportág	1968.	1969.	1970.
Kézilabda	—	—	583
Kosárlabda	628	647	711
Röplabda	—	—	299
Atlétika	kb. 1500 (10 ezer fő)	kb. 1500 (10—11 ezer fő)	kb. 1600 (12—13 ezer fő)
Torna	444	441	516

A bajnokságokat az iskolák vezetősége, tantestülete, egész közössége magáénak érzi, figyelemmel kíséri tanítványaik, tanulótársaik szereplését. Egyre gyakoribbak az olyan mérkőzések, versenyek, ahol a tanulókat az iskola igazgatója is elkíséri a sporteseményekre. (Zirci Gimnázium, Bp-i Teleki Blanka Gimn., Fóti Gyermekváros.)

Az eredményesen szereplő csapatok örömüket, elért eredményüket előre megtáviratozzák iskolájuknak, és hazaérkezésükkor az iskola kollektívája együtt érezve velük, az állomáson fogadják őket (Kecskeméti Katona József Gimnázium). Nem egy esetben iskolai kirándulásokat kapcsolnak össze területi és országos döntők bajnokságainak helyével és idejével, ahol aztán az iskola kollektívája buzdítja a tanulótársakat az eredményes szereplésre. (Fóti Gyermekváros, Nyíregyházi Gimnázium stb.)

A bajnokságok szakmai és erkölcsi jelentősége is évről évre nő. Létszámban és színvonalban állandó a fejlődés. Ha egy-egy sportágban lassúb is, összességében feltétlenül pozitívan értékelhető.

Az 1969/70. tanévben a középfokú iskolák országos bajnokságainak részvételéről az alábbi táblázat tájékoztat:

	Kézil.	Kosárl.	Röpl.	Atlétika		Torna	
				egyéni	csapat	egyéni	csapat
Baranya	26	25	7	230	30	40	17
Bács	16	37	8	226*	70*	17	27
Békés	41	48	14	**	**	25	67
Borsod	51	77	51	1216	95	43	53
Csongrád	32	16	14	562	52	32	16
Fejér	32	26	18	533	49	16	20
Győr	34	42	21	**	**	22	8
Hajdú	34	24	16	**	**	9	12
Heves	14	16	9	249*	48*	9	6
Komárom	22	32	10	421	79	10	23
Nógrád	22	32	12	582	76	17	23
Pest	25	34	15	479	57	23	27
Somogy	14	32	9	438	65	10	18
Szabolcs	36	42	29	238	91	10	15
Szolnok	67	48	13	603	78	1	33
Tolna	12	13	6	340	53	—	18
Vas	21	26	9	234	82	48	22
Veszprém	39	47	18	**	**	26	20
Zala	11	31	5	358	43	7	11
Budapest	34	63	15	676	229	52	80
Összesen:	583	711	299	7385	1197	417	516

Megjegyzés:

*-al jelölt 2 megye csak az I—VI. helyezetteket közölte.

**-al jelölt 4 megye csak a győzteseket vagy az I—III. helyezetteket közölte.

Kézilabda

A kézilabda-sportágban 6 éves szünet után került sor a bajnokság megrendezésére. Népszerűségét a csapatok magas létszáma bizonyítja. 316 fiú és 267 leánycsapat vett részt a bajnokságban. Legtöbb csapat indult Szolnok megyében, 67, Borsod megyében 51, Békés megyében 41, és Veszprém megyében 39. Feltűnően kevés volt az indulók száma Budapesten, ahol 34 csapat vett részt az országos bajnokság budapesti selejtezőin. A megyebajnokok megfelelően készültek fel a bajnokságra. Mindössze 2 megyében volt szakmunkásképző intézeti csapat megyebajnok: Baranyában az 500 ITSK és a Zalaegerszegi ITSK férfi csapata. Mindkét csapat az elődöntők során kiesett. Ezen a téren bizonyára javulást hoz az a rendelkezés, hogy a szakmunkásképző intézetekben a III. évfolyamosoknak is lesz testnevelési órájuk.

Színvonalas, jó iramú mérkőzésekre került sor a területi döntőkön, főleg a fiúcsapatoknál. A területi döntőket Ózdon, Komlón és Budapesten bonyolították le. A lebonyolítás és a rendezés mindhárom helyen szakszerű, kifogástalan volt és ez elsősorban a helyi szakszövetségek és a helyi KISB-ek munkáját dicséri. A területi döntőkön 24 csapat vett részt, amelyből 6 fővárosi volt. Feltűnő, hogy a fővárosi csapatok közül a legjobb 12-be, vagyis az országos döntőbe mindössze egy csapat, a Cinkotai Gimnázium leánycsapata jutott.

Külön ki kell emelni az országos döntő mintaszerű megrendezéséért és lebonyolításáért a kiskunhalasi Szilády Gimnázium kollektíváját, ahol az igazgatóval az élen az egyész tantestület bedolgozott, hogy a bajnokság zökkenőmentesen folyjék, hogy az ott részt vevő csapatok jól érezzék magukat, kellemes élménnyel távozzanak Kiskunhalasról. Ki kell emelni a sportszerető közönséget, a rendezők lelkes, hozzáértő munkáját, a lebonyolítás ünnepélyességét. Valóban eseménnyé tették Kiskunhalason az országos középfokú iskolai kézilabda-bajnokság döntőjét.

Kosárlabda

A bajnokságon részt vevő csapatok száma évről évre nő, ami azt bizonyítja, hogy a középiskolások között egyik legnépszerűbb sportjáték. A bajnokságban 374 fiú- és 337 leánycsapat vett részt. Örvendetes a II. korcsoport csapatainak növekedése is. A legtöbb csapat Borsod megyében indult, 77 csapat; mögötte Békés és Szolnok megye áll, 48—48 csapattal.

A szakmunkásképző intézetek csapatai csak a II. korcsoportban voltak érdekelve, ahol 3 megyében megyebajnokokként továbbjutottak. Ezek: a pécsi 500 ITSK fiúcsapata, amely az elődöntőben a Bajai III. Béla Gimnázium csapatával került össze, és kiesett. Meg kell jegyezni, hogy a III. Béla Gimnázium csapata az országos döntőn II. helyezést ért el. A gyulai 613. ITSK a területi döntőig jutott, ahol III. helyezett lett, és nem került az országos döntőbe. A fűzfői 303-as ITSK csapata a budapesti Kölcsey Gimnázium csapatával került össze az elődöntőben, ahol a továbbjutást a kosárarány döntötte el, és ez 133:132 arányban a Kölcsey Gimnáziumnak kedvezett.

A területi döntőket mindkét korcsoportban 24 csapattal bonyolították le. A rendező MTS megyei tanácsok és ezek szakszövetségei megfelelően szervezték meg, és a technikai feltételeket is biztosították.

Az országos döntő megrendezésére Budapesten került sor. A főváros zsúfoltsága problémát okozott a szállás, az étkezés megoldásában, és ismét bebizonyosodott, hogy egy középiskolai országos bajnokság döntője nem jelent eseményt Budapesten. A döntő ünnepélyessége is teljesen hiányzott, a mérkőzéseket közönség nélkül játszották.

Az I. korcsoport országos döntőbe jutott csapatainak 50%-a vidéki, 50%-a fővárosi csapatokból került ki, míg a II. korcsoportban egyetlen budapesti csapat, a Patrona Gimnázium leánycsapata jutott. Az országos döntőkön a vidéki iskolák fölénye domborodott ki, négy bajnoki címből hármat ők szereztek meg.

Röplabda

A bajnokság bevezetéséről a sportág fellendülését várja a magyar sportvezetés és a Röplabda Szövetség egyaránt. A részt vevő csapatok száma — ismerve a sportág jelenlegi helyzetét — a bajnokság első évében nem mondható rossznak, hiszen 148 fiú- és 151 leánycsapat indult. Azon két megyéből, amelyben a legtöbb csapat vett részt, a II. helyezett csapatok is továbbjutottak. Ezt a jogot Borsod megye 51, Szabolcs megye 29 csapattal érte el. Elismerést érdemelnek Szabolcs megye csapatai, mert a 4 csapat közül 3 egészen az országos döntőkig eljutott. A két leánycsapat III—IV., a fiúcsapat pedig VI. helyezést ért el.

A területi és az országos döntők lebonyolításáért külön dicséretet érdemelnek a helyi és az országos szakszövetségek. Az országos döntő igen színvonalas volt, kétharmad részben 3:2-es eredmények születtek, ami az erők egyenlőségét bizonyította. Még a 3:0-ás játszmáknál is szerzett a vesztes csapat 10—12 pontot. A szakemberek véleménye szerint az átlagszínvonal NB II-s mérkőzéseknek felelt meg, néhány mérkőzés színvonala az NB I/B és az NB I. alsó határát is elérte.

A röplabdaszövetség az országos döntőkre legjobb bíróit küldte, így a mérkőzések színvonalához a jó játékvezető gárda is hozzájárult.

Atlétika

Az atlétikai bajnokságoknak 2 állomása volt: az egyik a megyei bajnokság, a másik az országos döntő. A megyei bajnokságok igen népszerűek, 12—13 ezer tanulót mozgattak meg. Több megyében az atlétikai bajnokságon vett részt a legtöbb tanuló, így Bács, Fejér, Pest és Zala megyékben. Fejér megyében, ahol 25 iskolai sportegyesület van, 537 tanuló indult, amelyből 23 nyert meghívást az országos döntőre. Ott olyan jól szerepeltek, hogy a megyék közötti pontversenyben 4. helyezést értek el.

Ellentétben a labdajátékokkal, atlétikában jelentős eredményeket értek el a szakmunkásképző intézetek tanulói is. A fiúknál 3 ezer méteren, rúdugrásban, súlylökésben, gerelyhajításban avattak szakmunkástanuló bajnokot; a lányoknál diszkoszvetésben szereztek bajnokságot.

Problémát okozott az országos döntőkre a meghívottak értesítése. Egyrészt azért, mert a megyei, budapesti szövetségek a megyei, budapesti bajnokságok jegyzőkönyveit késve küldték — amelynek alapján a meghívások történtek —, másrészt a megyei, budapesti szövetségek nem mindegyike kapta meg időben a meghívottak névsorát, vagy ha meg is kapta, nem intézkedtek azonnal. Így történhetett meg, hogy Veszprém megyét egyetlen tanuló sem képviselte az országos döntőn és Pest megyét is csak azok, akik válogatott kerettagok és mint ilyenek kapcsolatban állnak az országos szövetséggel. (Fóti, Váci és Budaőrsi Gimnázium).

Az országos bajnokságon a színvonal igen jó volt, 20 középiskolai bajnoki csúcsot döntöttek meg, ebből 8-at fiúk, 12-t a leányok. (Egyéni és csapatcsúcs együtt.)

Torna

A bajnokságon 417 egyéni versenyző és 516 csapat vett részt. A csapatok számát elfogadhatónak tartjuk, az egyéni indulók részvétele azonban növelhető. A csapatok száma a *C* kategóriában volt a legtöbb, 291 csapat vett részt ebben. *B* kategóriában 194 csapat, *A* kategóriában pedig mindössze 31 csapat indult. A csapatok száma Békés megyében volt a legtöbb: 67, utána Borsod következik 53 csapattal, majd Szolnok megye 33 csapattal. Budapesten megfelelő volt az induló csapatok száma, a három kategóriában 80 csapat indult el.

Az igazi fejlődést az jelentené, ha a jövőben a *C* kategóriájú csapatokból egyre nagyobb számban *B* kategóriájú csapatok fejlődnének, amelyben az ifjúsági III. osztályú gyakorlatanyag a követelmény. Változatlanul probléma van a fiú tornászok alacsony számával. Egyéniben 156 fő, csapatban is csak 192 csapat vett részt.

Probléma mutatkozik a torna sportágban a szakmunkástanuló intézeteknél. Az országos döntőn az *A* kategóriában nem került be sem egyéni, sem csapat vonatkozásában szakmunkásképző intézeti tanuló, *B* kategóriában csapatban csak a kiskunhalasi 618-as ITSK csapata jutott a döntőbe, és ott IV. helyen végzett. Egyéni összetettben 3 szakmunkástanuló volt eredményes, IV., VI., és XII., helyezést szereztek.

Az atlétika és a torna sportágakban még mindig kevés a versenyalkalom. Bár több megye (Baranya, Győr, Szolnok, Vas, Budapest) kísérletezik módszerekkel, újabb versenyformák kialakításával, mint a többfordulós bajnokság, körzeti bajnokság, szerenkénti verseny vagy 2—3 versenyszámmal, szeren rendezett bajnokság, mégis a nagyobb előrelépés legfőbb gátjának a versenyek kevés számát tartjuk.

Örvendetes, hogy a labdajátékokban a körmérkőzéses és a többfordulós rendszer alakult ki a megyékben. Így a csapatok több mérkőzést játszanak, mérkőzéssorozatokon keresztül döntik el a továbbjutást. Az eredmény is reálisabb, és a megyebajnok valóban a legjobb csapat lesz.

Végeredményben és összességében a középfokú iskolák 1969/70. tanévi bajnokságai előbbrelépést jelentettek mind az öt sportágban.

Az 1970/71-es tanév bajnokságai újabb sportággal, a labdarúgással bővültek. Atlétikában területi versenyek rendezésére is sor kerül. A középfokú iskolák bajnokságainak jelentőségét, erkölcsi elismerését, ünnepélyes lebonyolítását figyelembe véve, a 6 sportág országos döntőit két megyére koncentrálva kívánjuk lebonyolítani. Az időpontot az iskola oktatási rendjéhez igazítottuk. A tavaszi szünetben Szombathelyen kerülnek megrendezésre a kosárlabda- (mindkét korcsoportban), a röplabda- és a tornabajnokság országos döntői. Így a tanulók nem esnek ki a tanulmányi időből, vidéki városban eseménnyé tudjuk tenni, és a döntőket remélhetőleg telt nézőtér előtt tudjuk lebonyolítani. Talán biztosíték erre Szombathely város sportszerető közönsége, az MTS megyei Tanácsa, annak szakszövetségei, akik már nagyobb sportrendezvények megrendezésében is példamutatóan helytálltak.

A tanév befejezése után, június 20—26. között Békés megye rendezi meg az atlétikai bajnokság országos döntőjét Gyulán, a kézilabda és labdarúgás döntőit pedig Békéscsabán. Gyula hagyományos és eredményes atlétikai élete, kiváló szakembergárdája, Békéscsaba kézilabdában elért eredményei, az MTS megyei Tanácsának hozzáértő munkája biztosítéka lehet a döntők sikeres lebonyolításának.

Mindkét helyen ünnepélyessé, élménydússá szeretnénk tenni a részvételt. Össze szeretnénk kötni a helyi hagyományok megismerésével, a történelmi nevezetességek megtekintésével, hogy a sport nyújtotta élményeken túl, maradandó kulturális élményben is része legyen a döntő résztvevőinek.

Kobela Lehelné

Minden kedves olvasójának sikeres és

boldog új esztendőt kíván

a Szerkesztő Bizottság

A középiskolai testnevelés Franciaországban (IV.)

NYÍRI JÁNOS

Tánc és mozdulatművészet

A táncnak és a mozdulatművészetnek (amely alatt a Tanterv a testmozgással kifejezett mozgásos tevékenységet érti) — főleg a leányok nevelésében — hangsúlyozott nevelőértéket tulajdonít a Tanterv, ha azok megvalósításához az iskolai tanmenetekben elegendő helyet tudnak a nevelők biztosítani ahhoz, hogy ne csupán felkeltsék a tanulók érdeklődését, hanem gazdag programot is adjanak. Ez esetben nemcsak az önmegismerést, a mozdulatok feletti uralmat teszi lehetővé a mozgásanyag, hanem a mozgás kifejező értékében, a mozdulat és zene kapcsolatában rejlő lehetőségeknek a kihangsúlyozását is.

—

1. *Francia és külföldi népi táncok*

A francia és a külföldi népi táncokat, kulturális eredetük és értékük figyelembevételével a tanulók az egyéb tankönyvekből (földrajz, társadalmi ismereteket tartalmazó tankönyvek) ismerik. Ezért ezeknek a lehető legjobban meg kell őrizniük valódi jellegüket.

Kiválasztásuk — a tanár nevelési céljai alapján és a táncok jellegzetességeinek figyelembevételével — az alábbi szempontok szerint történik:

a) táncok alakzatváltoztatásokkal, melyek lehetővé teszik a csoportok részére a tér megismerését;

b) táncok teljes tánclépések gyakorlására, melyek lehetőséget adnak a tanítványok egyidejű lelki, mozgásszervi, ritmikai vagy kifejezőkészségre nevelésének;

c) bonyolult ritmikájú vagy nehéz zenéjű táncok;

d) táncok, melyekben a kifejező érték uralkodik stb.

A táncokat az iskolákban minden esetben osztályozni kell nehézségi fokuk szerint azért, hogy ezáltal is biztosított legyen a fejlődés a hatodik osztálytól a befejező osztályig, és hogy a táncokat jól alkalmazzuk az adott lehetőségekhez, valamint a tanulók érdeklődéséhez.

A népi táncok speciális foglalkozások tárgyaként jelenhetnek meg, illetve más típusú órák foglalkozási anyagába is beállíthatók vagy az óra bevezető, vagy pedig a befejező részébe (a kikapcsolódás, a sajátos jellegük és a foglalkozás típusának megfelelően).

2. *A tánc*

Oktatása csak akkor lehet eredményes, ha megfelelő számú foglalkozás tárgyát képezi. Célszerű, ha a lehetőségek határain belül külön foglalkozások keretében történik az oktatása. Ha más tartalmú, összetett foglalkozásokon tanítjuk, a táncot az alaptorna bizonyos formáival kell tanítani (akkor, amikor az órák száma korlátozott, vagy az anyagi körülmények így kívánják).

A tánc tanításánál sokkal inkább a benne rejlő nevelési lehetőségeket, mintsem a látványosságot kell figyelembe venni. Vissza kell tükröznie a kifejezés különféle eszközeinek személyes, de találó szintéziseit; egy esetben sem zárkózhat be a tanár csak egy sajátos „iskola" gyakorlásába. A széles körű látásmód pontosan lehetővé teszi az iskoláskor folyamán annak megértését, hogy bizonyos mozdulatok mennyivel nagyobb kifejezőképességgel rendelkeznek, mint a többiek. Ahhoz, hogy ezt át lehessen adni a tanulóknak, támaszkodni kell:

a) a test ismeretére, amit a torna egyes gyakorlatai elősegítenek;

b) a zenei elemek ismeretére és jó felfogására, amit a tanmenetbe ügyesen beiktatott ritmikai gyakorlatoknak kell kifejleszteni.

Megjegyzés: a ritmika mint a zenében és a mozgásban az időnek és a térnek a viszonylatai, nem elegendő ahhoz, hogy az E.P.S. (jelvényszerző mozgalom) programjában külön tényezőként szerepeljen (tehát nincs arra mód, hogy a nevelő külön ritmikai foglalkozásokat állítson be).

A nevelő — mindannyiszor, szükség szerint — az ide tartozó gyakorlatokat alkalmazza a legváltozatosabb formákban: legyen az sport jellegű mozgások ritmusérzékének tökéletesítése nagyon általános formában (pl. lendületvétel ritmusának fogalma, különféle futások ritmusa stb.), legyen a tanulók zenei érzékének tökéletesítése táncban, alaptornában, sporttornában, lehetőleg zenei kíséret biztosításával.

Hatodik—ötödik osztály

A tánc oktatásának különféle formái; ezek közül a leglényegesebbek:

a) különböző gyakorlatok és helyváltoztatások alkalmazása teljes és spontán formában;

b) olyan gyakorlatok felhasználása, melyek elsajátítása könnyű, nem okoz elkedvetlenítő technikai problémákat;

c) gyakorlatláncok megtanulása zenére, a tanulók színvonalához alkalmazkodva;

d) különféle mozgások és helyváltoztatások kialakításának a gyakorlása egyszerű gondolatok vagy témák alapján, melyeket leggyakrabban egy meghatározott zenei sor szab meg;

e) a mozgások tanulmányozása a zenei érzelemmel való kapcsolataiban. A ritmikai gyakorlatok nagyon gazdag anyagából lehet meríteni, melyek közvetlenül elősegítik a pontos meghatározását nemcsak a zenei mondat, a hangsúlyok, a ritmikai felépítés fogalmának és a poliritmus fogalmának, hanem az árnyalatoknak, az intenzitásnak, a zenei stílusnak stb. is.

Negyedik—harmadik—második osztályok

Ezekben az osztályokban már nagyon rendszeres munka szükséges ahhoz, hogy a tanulók még behatóbban tanulmányozzák a mozgás és a kifejezés kapcsolatait, ráébredve a mozdulat néhány fontos tényezőjére melynek igen nagy a megjelenítő értéke. Példák: feszültségi fok, a végrehajtás gyorsasága, irány és kiterjedés a térben, a mozgás kiinduló helyzete, a mozdulat formája és jellege (elvont, konkrét, kicsiszolt, szögletes) stb.

Ezekben az osztályokban folytatni lehet — megfelelő szinten — a zenére történő összefüggő gyakorlatok megtanulását.

Folytatni kell a nevelésben a zene jobb megértését. Mindamellett a zenei hangsúlyok, a ritmus, a zenei mondatok sokkal változatosabb, teljesebb mozgásos kifejezési formákban jelenjenek meg. A második osztály végén a tanulónak el kell jutnia a kidolgozottabb előadásmódok biztonságos ismeretéhez, a mozgásalkotó elképzelés fejlődésében a zene különféle formái összekapcsolása által.

Első — befejező osztályok

A többi testgyakorlati ágakhoz hasonlóan, a tánc is a szabad választás tárgyát képezheti a tanulók számára. Sajátos jellegéből adódóan magában foglalja:

a) Az előző osztályokban folytatott munka elmélyítését (pontosságban és teljességben) egy gyakorlat megvilágításában. Ezáltal megközelíthetjük a mozgás és a zene különböző stílusainak fogalmát. A gazdagabb, összefüggő gyakorlatok tanítása lehetővé válik.

b) A zenei előadásmód és a rögtönzés területén reális cél kialakítását, mely igénybe veszi a kifejezés valamennyi eszközének igazi szintézisét.

Ezen a szinten, az oktatás eredményeként az egyéni vagy a csoportos táncok látványos jellegű bemutatók tárgyát képezhetik, valamint a verseny minden egyes formájában megjelenhetnek.

3. *Egyéb testi kifejezési módok*

Az egyéb testi kifejezési módok, melyek közül a tanterv példaként a pantomimt említi, a tanár meglevő szakértelmének megfelelő mértékben alkalmazhatók.

Ezek szintén a test feletti teljes uralomra támaszkodnak, amelyet a torna bizonyos gyakorlataival sajátíthatnak el a tanulók. Abban az esetben, ha ezeket a tevékenységeket az oktatás programjába állítják, ehhez pontos és logikus tervet kell készíteni.

III. *Testnevelési játékok, sportjátékok, egyéb sportok*

1. *Testnevelési játékok*

A testnevelési játékok a tantervben a fiúk számára csak a hatodik és ötödik osztályokban szerepelnek. Ettől függetlenül, nevelői és szórakoztató jellegüknél fogva nagy jelentőségűek. Ilyenek:

a) a fiatalok erejének kifejtése kevésbé szigorú szabályok között (a sportjátékhoz hasonlítva);

b) az érző-mozgató szervek fejlesztése a gyermek spontán megnyilvánulásainak változatos helyzeteiben.

Értékük konkrétan is megnyilvánul a sportjátékokra való előkészítő szerepükben, ilyenek: ügyesség, labdaérzék fejlesztése, a helyezkedés és a tájékozódás fogalmának, a játéktérnek a megismerése, a csapatszellem és a játék megszervezésének az ismerete.

A tanterv példaként az alábbi játékok alkalmazását javasolja: különféle váltóversenyek (futások, dobások, akadályok leküzdése, fogolylabda, vadászlabda, fogyasztó, folyosó-labda, teke játékok) és a kiszorító.

A tanterv a játékok tanórán kívüli szervezésére is lehetőséget ad, de célszerűbbnek tartja az adott órákba való — az óra célkitűzésének megfelelő — szerves beépítését.

2. *Sportjátékok*

A tantervi órák keretében a sportjátékoknak egyidejűleg és aktív módon kell felkeltenie az osztály minden tanulójának az érdeklődését.

Könnyebben elérhetjük ezt a célt, ha rendszeres és ésszerű pedagógiai szervezést vezetünk be, amely a következő lényeges dolgokra támaszkodik:

a) Osztályon belül állandó összetételű csapatok kialakítása, melyek valódi kollektív életet élnek.

b) Terv kidolgozása, mely lehetővé teszi az előrehaladást és annak ellenőrzését az edzések és a találkozók szabályos változtatása által (a felkészítés, a gyakorlási szakasz és a versenynaptár fogalma).

c) A számba vett sportág szabályainak pedagógiai felhasználása úgy, hogy maximális mértékben figyelembe vegyék speciális jellegét, a tanulók fiziológiai és mozgásszervi lehetőségeinek megfelelő, szükséges alkalmazások végrehajtásával.

d) Ebben a szellemben minden egyes sportág jellegzetes megkülönböztető jegyeinek rendszeres alkalmazása (mezek, számok cipők stb.);

e) A felelősségérzésre nevelés, rendszeresen rábízva a fiatalokra az egyre növekvő részesedést a szervezés feladataiban (anyagi feladatok, bíráskodás, intézői feladatok, jegyzőkönyvvezetés stb.)

A tanár a játék színvonalának a megismeréséhez tárgyilagosan támaszkodjon a csapatok közötti kölcsönös megfigyelésre. A tárgyilagos megfigyeléssel el kell érnie a hiányosságok felismerését és azoknak a technikai vagy taktikai gyakorlatoknak célszerű kiválasztását, amelyek pontosan megfelelnek a tanulók mozgásszervi képességeinek és a fejlődésnek.

A sportjátékokban a tanárnak — a hatástalan elaprózódottság elkerülése és a kézzelfogható eredmény elérése érdekében — választani kell a sportágak között. Egy adott időszakban meghatározott, konkrét sport felé kell fordítani a figyelmet (például évenként kettő, a fiúknál esetleg három sportágban).

A szabad választás időszaka előtt, a második osztály végén a fiúk három klasszikus sportjátékot, a leányok kettőt gyakoroljanak ténylegesen és megfelelő alapossággal.

Hatodik—ötödik osztály
Választási lehetőségek:

kosárlabda kézilabda labdarúgás rögbi röplabda	fiúk,	kosárlabda kézilabda röplabda	lányok számára.

A választott sportágak gyakorlását elemi fokon, de sportszerű keretekben, az alapvető szabályok figyelembe vételével kell elvégezni.

Magabiztosság a játék kollektív elemeiben: a csapat, a játék megszervezése; spontán védelem, ismételt védekezés, elemi területvédelem, emberfogásos védekezés, spontán védekezés elleni támadás, szervezett védelem elleni támadás. — Egyszerű taktikai elemek: a támadó és védekező, az átadó vagy a fogadó játékosok fogalma stb., szabadon helyezkedés, szabadulás és követés stb. A játék egyéni tényezőinek elsajátítása: a labda megszerzése, arányos helyezkedés, helyváltoztatások a támadásban és a védelemben, elemi technikai felkészültség.

Negyedik—harmadik—második osztály
(Ugyanazok a sportágak)

Egyre pontosabb tájékozódás a szabályszerű formákban, a lényeges szabályok és technikák elméleti és gyakorlati megismerése útján.

A játék kidolgozottabb formáinak megközelítése: a védelem és a támadás kölcsönös egymásra hatása és az abból következő játékrendszerek. A hiányosságok felkutatásának és kiküszöbölésének rendszeres folytatása a gyakorló órákon. Ebből a célból indokolt a felhasználása (az egyes összetevőket javító gyakorlatok megfigyelésén alapulva): a kivitelezésnek (támadásgyakorlatok, helyváltoztatások, lazító és izomerősítő gyakorlatok), a játék felfogásának, a csapat kollektív megszervezésének.

A tanulók egyre nagyobb részvétele a versenyek megszervezésében (osztályon belül, osztályok között, iskolák között) és azok zökkenőmentes lebonyolításában (bíráskodás, partjelzés, időmérés stb.)

Első — befejező osztályok

Az alapszínvonalat az első oktatási év végére annyira meg kell közelíteni (esetleg ismétlésekkel a következő oktatási évben), hogy az első és befejező osztályokban a cél, a lehető legmagasabb színvonalon történő edzés és oktatás, eredményesen megvalósítható legyen.

A gyakorlás a tanulók szabad választása által meghatározott sportágban (sportágakban) a szakórák keretében történik. Az osztályok közötti és az iskolák közötti versenyek kiszélesítését a lehető legnagyobb mértékben elő kell segíteni.

Az előzőekben ismertetett sportágak mellett a kevésbé ismert sportjátékokat is ajánlja a tanterv (gyeplabda, jégkorong, vízilabda), ha a helyi körülmények megengedik.

3. *Egyéb sportok*

Küzdő sportok (fiúk)
Hatodik—ötödik osztály

A támadás és a védekezés, az ellenállás és a kikerülés gyakorlatai szigorúan játékos formában, játék- vagy sportfoglalkozások alkalmával.

Negyedik—harmadik—második osztály

Bevezetés (a helyi körülményektől függően) a birkózás, ökölvívás, judó és vívás sportágakban. A bevezetés egyszerű technikai előtanulmányokat jelent: fogásmódok, helyváltoztatások, testcselek, elbuktatások, karberántások az egyensúlyvesztésre, feltartások, ütések, elhárítások és visszavágások, nagyon meghatározott formájú és időtartamú támadások gyakorlását.

Első — befejező osztályok

Egy küzdősport gyakorlása a szabadon választott foglalkozások keretében.

Egyéb sportágak, mint a tenisz, súlyemelés stb. is rászolgálnának — nevelői értékük alapján — arra, hogy a tantervben szerepeljenek. Ahol a helyi körülmények lehetővé teszik, ott a tanároknak — az engedélyezett tanmenetükben — viszonylag fontos helyet kell hagyni ezen sportágak tanítására is.

Az igényszint vizsgálata

N. GOMBOS MARIANNA

Az egyén teljesítményét általában, így a tanulóét minden szituációban, képességein túl jelentősen befolyásolja annak igényszínvonala is. Ennek vizsgálata azért is lényeges, mert sokszor tapasztaljuk azt a paradox helyzetet, hogy az átlagosnál gyengébb motorikus képességű tanuló jobb eredményt képes nyújtani olyan társánál, akitől adottságai ismeretében sokkal többet várunk. Hétköznapi megfogalmazásban: az illető jobban igyekszik, szorgalmasabb a társánál. Így tehát a személyiség olyan összetevőjéről van szó, amelynek ismerete nagyon lényeges lehet a tanár szempontjából.

Az igényszint fogalma (Anspruchsniveau) Kurt Lewin-től származik (1926). Intenzív vizsgálata Hoppe munkásságával kezdődött (1931). Megfogalmazása szerint az igények összességét jelenti, amelyek egy jövőbeli teljesítményre vonatkoznak. A személyiség mércéje önmagával szemben, amely a jövőbeli produkcióra irányul, az eddigi tapasztalatok alapján. Kialakulása az én-tudathoz kapcsolódik, az önértékelés kérdéséhez, és következő kérdésekre keres vele választ: mire vagyok képes, hol a helyem a világban, mit és mennyit akarok elérni, és milyen áron? Az igényszint kialakulásában két fontos tényező játszik szerepet:

— mit vár el az egyén önmagától, eddigi élményei alapján mire tartja magát képesnek az adott helyzetben. Ilyen vonatkozásban az igényszint alakulása az önértékelés mutatója.

— A konkrét feladatok keretein belül, hogyan igazítja el elvárásait a sikerhez és kudarchoz. Ilyen értelemben az igényszint alakulása az ambíció meglétéről vagy hiányáról, reális vagy irreális voltáról adhat felvilágosítást.

A két tényező összefügg egymással, hiszen az ambíció szintje függ az önértékelésétől (ha valaki nem tartja magát valamire képesnek, nem is akarhatja elérni). Az önértékelés azonban főleg még serdülőknél igen labilis, keveredik benne a teljesítmények reális felmérésének igénye és az énideál. Ambíciónak csak a cselekvésben is megnyilvánuló igényt nevezhetjük. Ha csak vágyként jelentkezik a magasabb igény, jellegzetes megnyilvánulási módja az a gyakran tapasztalható magatartási forma, hogy: „meg tudnám csinálni. . ."

Az egyén igényszínvonalát két ellentétes irányú tendencia határozza meg. A becsvágy nagy célok elérésére törekszik, vállalva a kudarc lehetőségét is, ugyanakkor az örömelv úgy érvényesül, hogy mindenképpen sikert akar elérni, kerülve a kudarc lehetőségét. Az, hogy adott személyiségen belül aktuálisan melyik összetevő jelent nagyobb mozgatóerőt, megmutatkozik a jelenség behatóbb vizsgálata közben.

Az igényszínvonal vizsgálatát a már említett gyógytestnevelési csoportban folytattuk. A feladat labdadobás volt, egymásután ötször. A tanulóknak minden dobás előtt meg kellett mondaniuk, hogy hány métert fognak dobni, utána közöltük velük a tényleges teljesítményüket. Az elvárt és teljesített eredményt rögzítettük. Ezek elemzése érdekes adatokkal szolgált a személyiség megismeréséhez. Mivel az eljárás különösebb segédeszközt nem igényel (megfelelő súlyú labda, mérőszalag segítségével a padló beosztása krétával és az eredmények rögzítésére szolgáló írószer mindenkinek a rendelkezésére áll), igen jól alkalmazható a mindennapos gyakorlatban. Választ kaphatunk olyan kérdésekre, mint pl. hogy mi a nyújtott teljesítmény és az egyébként ismert képesség eltérésének az oka. A labda súlya éppen úgy közömbös, mint ahogy egyéb

tényezők is változtathatók, mint pl. a feladat lehet helyből távolugrás, igen rövid táv lefutása stb. Mindig az abszolút számok összehasonlítása adja az eredményt, illetve ezek elemzése, nem pedig valamilyen standard teljesítményhez való hasonlítása nyújtja az információkat. Néhány pontban felsoroljuk azokat a kritériumokat, amelyek szem előtt tartása szükséges a vizsgálat megfelelő megszervezéséhez és lebonyolításához.

— Az egyén a sikert vagy kudarcot saját sikerének, vagy kudarcának élje át.

— Teljesítményét ne tudja menetközben mérni.

— A feladat legyen független egyéb képességektől. A feladat elvégzésében elérhető eredmény ugyan függ bizonyos képességektől, ezek azonban viszonylag egyszerűek, csak áttételesen, az eddigi siker-kudarc élményeken keresztül hatnak.

— A gyermek személyisége érjen el egy megfelelő szintre, mivel az igényszínvonal kialakulása a serdülés folyamatába ágyazva zajlik le. Prepubertásban biztos, hogy még nincs igazi igényszint, a gyerek „tippel," kudarcra különösebb kudarcélmény nélkül reagál.

Próbáljuk meg ezek után nyomon követni, hogy mi játszódik le az emberben a vállalások során. Ha ennek utána kérdezünk, gyakran igen jól megfogalmazott választ kapunk olyan fiataloktól, akiknek önmeg-

Lányok

Név	1		2		3		4		5	
	vállalás	teljesítm.	váll.	telj.	váll.	telj.	váll.	telj.	váll.	telj.
F.É.	6	5	5,50	5,20	5,50	6	5,50	6,20	6	6
Gy.M.	7	6,80	6,50	9,50	7	9	8	9,60	8,50	8,50
K.A.	8	8,20	9	8	8	7,20	6	8,50	7	9
K.M.	7	6,50	6,50	7,20	7	7,20	7	6,50	7	7
L.A.	6	5,50	6	6	6	6	6	6,70	7	6,50
M.A.	7	6,50	6,50	6,50	7	7,20	7	7	7	6,90
M.É.	6	6	6	6,50	6,50	6,90	6,50	6,80	6,50	6,50
M.I.	6	6,20	6,50	6,20	6	7	7	7,20	8	8
P.A.	7	7,50	7	7,60	7,20	8	7,50	8	8	8
P.É.	6	6	6	6,50	6,50	6,20	6,50	6,50	6,50	6,50
P.M.	7	7,50	8	7	7	8	7	7,20	7	8,20
S.A.	7	8	7	8	7	7,20	7	7	7	8

Fiúk

Név	1		2		3		4		5	
	vállalás	teljesítm.	váll.	telj.	váll.	telj.	váll.	telj.	váll.	telj.
B.E.	5	11	8	11,50	8	12	10	12,20	10	12
F.A.	7	8,50	8	8,80	9	8,50	9	9,50	9	8,50
K.L.	9	12,50	10	12	11	11,50	10	12	10	10
M.M.	10	12	10	14	10	14,50	10	14,50	10	13,10
M.R.	10	11,50	10	16,50	12	18	15	20	18	20
O.K.	4	4	5	4	4	3,50	4	3,80	4	3,80
S.I.	10	13	12	11,20	11,20	13	12	11,50	10	11,50
T.G.	5	7	6	8,50	7	7,60	8	9	8	9,80
V.I.	8	11	10	11,50	10	11,50	11	12,50	12	12
V.G.	10	12,20	12	12,50	12	11,50	12	13	12	12,50

ismerési igénye és készsége elérte a kívánt szintet. Vannak, akik tudatosan valamivel kevesebbet vállalnak az előzőleg elért eredménynél, mert „akkor annyi biztos meglesz".

Az ilyen esetekben a biztonság igénye döntő motívum; vagy kevesebbet vállal és azt nagyon igyekszik túlteljesíteni, vagy pedig fél a „leégéstől", nem meri nyíltan vállalni a nagy teljesítmény iránti vágyát.

A siker kétféleképpen jelentkezhet — amikor eléri, és amikor túlteljesíti a vállalt szintet —, ezek a sikernek csak mennyiségileg különböző kategóriái. A rájuk adott reakció azonban nagyon különböző lehet.

Kísérleti csoportunkban a tanulók a közölt eredményeket mutatták (lásd táblázat).

Első ránézésre is feltűnik, hogy milyen sokirányú és minőségileg különböző eltérés tapasztalható a vállalt és teljesített érték között, amit a szakirodalom célkülönbségnek nevez. Az eltérések jó mutatói a reális, illetve irreális ambíciónak.

Milyen esetekre mondhatjuk, hogy a személyiség ambíciója reális? A legfontosabb jegyei:

— Az első vállalás és első teljesítmény között nincs túl nagy különbség — itt az eltérés iránya nem döntő.

— A további négy vállalás igazodik a teljesítményhez, esetleg többet vállal a már elértnél. Nagy kudarc esetén lead az elvárásokból, de apróbb kudarc hatására még megtartja az előző szintet.

— Teljesítménye általában lassú emelkedést mutat.

Reális igényszinttel rendelkezik a lányok közül M.A.; M.I., a fiúk csoportjából pedig F.A. és T.G.

Irreális a személy ambíciója akkor, ha:
— első vállalása képtelenül magas,

— további vállalások során — még ha első elvárásából enged is — állandóan jóval magasabb az elvárása, mint az előző teljesítménye.

A kritérium lényege az, hogy az állandó kudarc ellenére sem hajlandó elvárásait a teljesítményéhez igazítani.

Irreális ambícióval a vizsgált csoportban egyetlen tanuló sem rendelkezett. (Ez feltehetően a csoport összeállításából adódik.) A gyógytestnevelésre utalt tanulóknál ugyanis feltehetően hamarabb alakul ki a reális igényszint, mivel igen gyakran van alkalmuk fizikai teljesítményeiket, lehetőségeiket reálisan felmérni.

Érdekes típusok adódnak viszont egyéb szempontú elemzéseink során. Jellegzetes igényszint-alakulás a lányok csoportjából F.É. esete, aki a harmadik alkalomra igazítja reálissá — addig meglehetősen irreális — elvárásait. Az ellenkező tendenciára példa az, amikor siker esetén sem meri azonnal növelni elvárását, azt csak a második vagy harmadik alkalommal teszi meg, mint pl. a fiúk csoportjában M.R.

Érdekes típus a lánycsoportban S.A, a fiúcsoportban pedig M.M., akik bátortalanul megmaradnak első vállalásuk mellett.

Adalékok a tantervelmélethez (IV)

BURKA ENDRE

A gyakorlatiasság igényének az érvényesítése bonyolult tantervelméleti problémákat takar még akkor is, ha nem is kell számolni nagyon jelentős kompromisszumokkal, pontosabban, ha ezeket a kompromisszumokat elsősorban nem is a tantárgy tanításával kapcsolatos tárgyi, személyi, szervezeti megalkuvások jellemzik elsődlegesen. Ezért e változó feltételeket — noha a konkrét tantervkészítő munkában nagyon jelentősek — az alábbi gondolatmenetünkben kikapcsoljuk, és csupán azt vesszük szemügyre, hogy maga a testnevelés tartalma, illetve e tartalom kiválasztásához anyagot szolgáltató testgyakorlati ágak mennyiben, milyen összefüggésben jönnek számításba egy gyakorlatias irányú képzésben.

A tantárgyi feladatok „tartalomérzékenysége"

A tesnevelés elé tűzött feladatok „tartalomérzékenysége" nem egyforma. Ezt könnyű belátni. A különböző fizikai tulajdonságok viszonylag sokféle testgyakorlattal fejleszthetők még akkor is, ha figyelembe vesszük a fejleszthetőség korlátait. Jól ismert, hogy a futó-állóképesség nemcsak az atlétikai pályán végzett hosszú távok ismételt lefutásával, hanem sok futást kívánó játékkal is fejleszthető. Az ugróerő, a láberő fejlődése is a legkülönbözőbb ugrásokkal, gimnasztikai gyakorlatokkal segíthető elő. Ebből kiindulva nem is tudunk, de nem is lehet biztonságosan dönteni egyik vagy másik ugrásféleség mellett vagy ellen, hiszen gyakorlati munkánkban is az ugrásváltozatok sorát használjuk fel a teljesítmény javítása érdekében.

Lényegesen érzékenyebb a tartalomra a mozgásos feladatmegoldó képesség fejlesztése. Ebben az esetben már meglehetősen leszűkül a kiválasztás „sávszélessége". A tanulókat ugyanis a cselekvési feladatok sokféleségével kell megismertetni, meg kell határozni az ismereteknek, a jártasságoknak és a készségeknek azt a rendszerét, amelyek e feladatok megoldásához, döntésekhez, cselekvésminták adaptálásához stb. szükségesek. Ezeknek a köre részleteiben is körülhatárolt, elsajátításuk lényegesen szigorúbb belső logika érvényesítését kívánja meg, ezért előtérbe lépnek adott iskolatípusra, adott iskolafokra vonatkozóan a tantervi anyag strukturális problémái is. Ebben az összefüggésben merül fel az a probléma, hogy az adott iskolatípusban — a nevelési feladatokkal összhangban — milyen konkrét oktatási-képzési feladatok megoldása szükséges, és ezekhez a képzésnek milyen konkrét lépcsőfokait szükséges megtervezni az egyes osztályok tantervében, összhangban a tanuló életkori sajátosságaival.

Ahhoz, hogy a tanulók ügyessége, testi képességei fejlődjenek a testnevelésben, *a cselekvésnek központi helyet kell kapnia*, mégpedig a cselekvésnek mint *akadályleküzdésnek*, mint *feladatmegoldásnak*. Ez egyrészt bizonyos mennyiségű és változatokat mutató cselekvésformák, cselekvési műveletek elsajátítását, gyakorlását, ezeknek alkalmazni tudását tételezi fel.

A tantárgy tartalmának kiválasztása — nagyon durva megközelítéssel — két úton oldható meg:

a) ha a tantárgynak az ismeretek, jártasságok és készségek szintjén az élet gyakorlatára kell felkészítenie, az életben közvetlenül hasznosítható tudással kell ellátnia a tanulókat, akkor az egyik út az lenne, hogy szisztematikusan, tudományos módszerrel kiszűrjük azokat a *feladathelyzeteket, cselekvési műveleteket* és *teljesítményjellemzőket*, amelyek az ember élete szempontjából lényegesek, fontosak, ezeket valami-

lyen elv alapján *didaktikai rendszerbe* foglaljuk, és szisztematikusan feldolgozzuk a tantárgy tanításában (mint pl. az a gyakorlati foglalkozás tantárgyban is történik). Ebben az esetben a testnevelés lényegében amolyan „technikai" tantárggyá válna, amely mögött egy vagy több tudományág állna, mely rendszertani alapjául szolgálna a testnevelésben elsajátított mozgásoknak (ilyen tudomány lehetne pl. a testneveléssel kapcsolatban oly sokszor emlegetett mozgástan, biomechanika stb.). A tantárgy tartalmának a kiválasztásához az alapot így *közvetlenül* az ember munkája, mindennapi élete, a korszerű harcászat stb. szolgáltatná.

b) a testnevelés azonban már eleve nem a fenti utat járja. Anyagát túlnyomó hányadában az ember spontán (de végső fokon nem törvényszerűségek nélkül) kialakult játéktevékenységéből meríti. Mint az előzőkben utaltunk rá, a játéktevékenység közvetlenül kapcsolatban van az ember társadalmi tevékenységével, azt sajátos módon (általánosítva) tükrözi vissza, s ezzel a megismerésnek egy sajátos útját nyitja meg. A játéktevékenység érzelmileg is telített. A játékfeladatok magukban hordják a cselekvés közvetlen célját, motívumait, ezért a cselekvési műveletek, feladatok bizonyos mértékben függetlenek attól, hogy az ember társadalmi tevékenysége során milyen eszmei céllal használja fel őket, és így *általában* a cselekvéstanulás eszközeivé válhattak. (Meg kell jegyeznünk, hogy a játéktevékenységet itt is, mint a korábbiakban is, a *legszélesebb értelemben* fogjuk fel: nem szűkítjük le a társ elleni játékokra, és beleértjük mind a hagyományos, mind pedig az alkalmi játékokat is.) A testnevelés tanterve is ezekből a játékokból merít. A játékok kiválasztásában azt a szempontot követi — és ebben már érvényesül a gyakorlatiasság igénye is —, hogy olyan mozgásműveleteket (járás, futás, ugrás, dobás, kúszás, függés stb.) és cselekvési helyzeteket tartalmazó játékokat részesít előnyben, amelyek lényeges, az ember élete szempontjából valóban jelentős ismereteket, készségeket és képességeket fejlesztenek. Mellőz egyébként érdekes, de jelentőségét tekintve sokadrangú készségeket fejlesztő játékokat. Ez az oka annak, hogy az óvodai testnevelés pl. egy időben szakított az ún. mozgásfeladatok rendszerével — mint koncepcióval —, de természetesen *nem minden* mozgásfeladattal.

A 6—10 éves korban a különböző szerep- és szabályjátékokban sajátítják el a tanulók a cselekvési műveleteknek azt a repertoárját, amelyet a különböző helyzetekben — jelesen a feladatjátékok keretében — megtanulnak változatos akadályok leküzdésére felhasználni. Érthető, hogy az alsó tagozatban a szerep-, szabály- és feladatjátékok dominálnak.

A tanulók a felső tagozatban kerülnek kapcsolatba a testgyakorlati ágakkal. Ez a lépés logikus, mert a sportágak az általánosításnak egy újabb szintjét jelentik, és ehhez a feltételek ebben a korban meg is vannak. Míg a gyakorlatiasság igényének az érvényesítése az említett játékokban nem okoz különösebb nehézséget, hiszen a művelet és a feladat jórészt életszerű helyzeteknek megfelelő viszonyba kerül egymással; ez a természetesség a sportágak esetében már nem ilyen egyértelmű.

A sportágak jelentősége a megismerésben

A különböző sportmozgások esetén mindig a specifikus mozgásforma okozott nagy gondot. Egyfelől ugyanis a sportmozgásokat — egyébként teljesen jogosan — úgy tartjuk számon mint célszerű, ökonomikus cselekvésformákat. Ebből alapos szimplifikációval sokan és sokszor vonták le azt a következtetést, hogy akkor pedig ezt kell tanítani, mert ami célszerű, az hasznos is. Ez a következtetés azonban átlépett egy fontos logikai láncszemet, ti. azt, hogy minden cselekvés célszerűsége csak a konkrét feladat szemszögéből ítélhető meg. A magasugrás legfejlettebb technikái valóban célszerűek, de egy könnyen leverhető, sérülést nem okozó, lécszerű akadály leküzdésére, feltéve, hogy a talajérés sérülésmentességét is biztosítja a puha homok vagy a hab-

szivacs szőnyeg. Ilyen akadály pedig csak a sportban van.

Másrészt olyan következtetésekkel is lehet találkozni, hogy a sportmozgások lényegében öncélúak, értelmetlenek, a testnevelés igazi céljával nem is egyeztethetők össze. Ilyen felfogás sokszor kapcsolódik a sportnak egészében való elvetéséhez, nem egyszer kifejezetten káros voltának deklarálásához (pl. a rekordhajhászás kapcsán).

Ha a sportmozgásokat a feladathelyzetek, a használt eszközök felől vesszük szemügyre, akkor mindegyik testgyakorlat természetes, de a hagyományos értelemben vett gyakorlati tevékenység igényeihez mérten egyik sem természetes, mert valamennyi ahhoz a speciális játékfeladathoz igazodik, amelynek megoldására kialakult.

Ezzel kapcsolatban emlékeztetni szükséges arra, hogy korábban a sportot teljesítményorientált játékként jellemeztük. A teljesítményorientáció — úgy tűnik — két alapvető tendencia eredményeként alakult ki:

a) A feladatjátékokban az eredmény jelentősége lényegesen nagyobb, mint a korban ezt megelőző szerep- és szabály-játékokban. A feladatjátékokban kerül ugyanis a tanuló a játékfejlődés során tényleges problémahelyzetbe. Ezért a választás, a döntés, a végrehajtás sikeres voltáról való visszajelentés — tehát az eredmény — nagyon jelentős szerepet kap. A jobb teljesítményre való törekvés ezért szükségszerűen lép előtérbe a játéktevékenységben. Egy-egy akadályleküzdésben megmutatkozó teljesítmény azonban nagyon komplex. Egy *természeti akadály* leküzdése egyrészt pl. a helyzetváltoztatás *nagyságrendjével*, másrészt a cselekvés *összetettségével, bonyolultsági fokával* is jellemezhető. Ezek a teljesítménykomponensek a *feladatjátékokban még együttesen vannak jelen*, egy további differenciálódás eredményeként azonban — éppen a teljesítményorientáció erősödésével — játékfeladatok formájában viszonylag *elkülönülnek*. Egyrészt olyan játékfeladatokban, amelyekben a teljesítmény kvantitatív jellemzői dominálnak (pl. idő, távolság, súly, pontosság), másrészt olyanokban, amelyekben a kvalitatív jellemzők kapnak döntő jelentőséget (bonyolultság, összetettség, nehézségi fok stb.).

(Félreértések elkerülése érdekében jegyezzük meg, hogy az említett teljesítménykomponensek természeti akadályokra vonatkoznak. Természetesen megfigyelhető a teljesítménykomponenseknek hasonló — de tartalmában értelemszerűen eltérő — elkülönülése azokban a játékokban is, amelyekben az *akadály a társ, az ellenfél*. Pl. a küzdősportokban megkülönböztethetők a „találatra" menő sportok (vívás, ökölvívás), és a „fogásra", az ellenfél ügyes megragadására menő sportágak (birkózás, cselgáncs). A teljesítménykomponensek elkülönülése a labdasportokban is megfigyelhető.)

A sport említett játékfeladatiban tehát a teljesítmény egyfelől különböző mértékegységekkel mérhető, másfelől a bonyolultság, az összetettség mértékével (a cselekvési műveletek, azaz a testgyakorlatok változatai, az egyes műveletek szekvenciájában mutatkozó nehézségi fok), s ezt becsléssel, pontozással értékelik. Ezek a teljesítménykomponensek külön-külön váltak jellemzőivé az egyes sportágaknak (vö.: gyorskorcsolyázás—műkorcsolyázás—jégkorong; vagy úszás—műúszás, műugrás—vízilabda).

b) A játék fentjelzett *tartalmi* differenciálódásának megfelelően, azzal természetesen egybeesően, kitüntetett szerepet kaptak azok a *játékfeladatok*, amelyeket *egy-egy teljesítménykomponens viszonylag tisztán jellemzett*. Így maguk a játékfeladatok is fejlődésen, változáson mentek keresztül (rekordfeladatok). Hogy a súlylökést vagy a magasugrást elsősorban a mennyiségi komponensek jellemzik, nem jelenti azt, hogy e mozgástechnikák nem jellemezhetők minőségi jellemzőkkel is (bonyolultság). A játékfeladat (a minél nagyobb távolság, a minél nagyobb magasság átugrása) azonban a mennyiségi jellemzőket helyezi előtérbe. A mozgástechnika bonyolultsági fokának emelése a magasugrásban — abban az értelemben, ahogyan ez pl. a torna támaszugrásainak jellemzője — teljesen értelmetlen. Aligha

lehetne rávenni egy versenybírót arra, hogy egy holtverseny eldöntése érdekében pl. vegye figyelembe a magasugró ugrástechnikájának a bonyolultsági fokát.

A játék tartalma és a játékfeladatok közötti kölcsönhatás olyan feladathelyzeteket, eszközöket hozott létre a sportban, amelyek ugyan kevésbé feleltek (sőt: felelhettek!) meg természetes, életszerű cselekvési helyzeteknek, viszont nagyon érzékletesen, szembeszökően tükrözték vissza *a teljesítményváltozásban, a teljesítménynövekedésben szerepet játszó tényezőket, összetevőket, s ezzel a megismerés számára mind hozzáférhetőbbé is tették őket.* Ebben rejlik a lényege annak a korábban előlegezett megállapításnak, hogy a sport a játéktevékenységben végbemenő általánosításnak egy minőségileg magasabb szintjét képviseli az egyszerűbb feladatjátékokhoz képest. A megismerés útja tehát sajátos: *a megismerés a cselekvésben, játéktevékenységben megy végbe, maga az általánosítás is érzékletes módon valósul meg: tipikus játékfeladatok útján történő megjelenítéssel, ábrázolással.*

Néhány tantervelméleti következtetés

A fentiek alapján lényegében már körvonalazható, hogy a sportágak, a testgyakorlati ágak anyagában mely elemeknek van különös jelentősége a gyakorlatias képzésben.

a) A specifikus mozgásanyag ellenére is sok olyan testgyakorlat van, amely *cselekvésmintául* szolgálhat akadályleküzdésekhez. Ezek általában a sportágak legegyszerűbb, éppen ezért a tanulhatóság szempontjából is a legkönnyebb elemei. Ezt a körülményt egy anyag-idő relációban mindenképpen figyelembe kell venni (pl. a tantárgy óraszáma, és ebben az időkeretben megvalósítandó képzési feladatok).

b) Legalább ilyen fontosak azok az *ismeretek* is, amelyek a teljesítményváltozással vannak összefüggésben (cselekvési elvek, módszerek, szabályok stb.), továbbá az a *gyakorlatanyag*, amely ezeknek a feldolgozását lehetővé teszi (pl. tornában a gyakorlatelemek kiinduló és befejező helyzete jelentőségét a gyakorlatszerkesztésben csak olyan elemek segítségével lehet érzékeltetni, amelyeknek a kiinduló és befejező helyzete jól variálható. Ez ad lehetőséget egyben a „játékra" is.) A tananyag logikai struktúrájának a megállapítása is csak ennek figyelembevételével valósítható meg célszerűen. Mozgásszerkezeti szempontok kizárólagos érvényesítése magát a játéktevékenységet dezorganizálja.

c) A szűkebb értelemben vett sportmozgások mellett jelentős helyet kell kapnia a tanításban olyan gyakorlatanyagnak (feladatoknak), amelyek *az alkalmazás* lehetőségeit kiszélesítik. A speciális sportmozgások, a sporttevékenység a megismerés számára sajátos lehetőségeket kínál, de a cselekvési bázis kiszélesítése nyújt csak lehetőséget a sokoldalú alkalmazásra. Ez lehet játékfeladat, de lehet életszerű cselekvési szituáció is (pl. éppen a honvédelmi képzési feladatok megoldása kapcsán). Ez a gyakorlatanyag lehet tantervi előírás, de felhasználásukra tartalmazhat előírásokat csupán a tantervi utasítás is. Az ilyen előírások természetesen a sokoldalú képességfejlesztést is szolgálják.

(Szükségtelen talán megerősíteni azt az értelemszerű álláspontunkat, hogy alkalmazáson nem egyszerűen a sportmozgások alkalmazását értjük. Reális határokon belül ez csak az egyik lehetőség, és semmiképpen sem lehet komolyan gondolni, hogy a nagyon speciális mozgástechnikák alkalmasak lennének természetes akadályok leküzdésére. Az alkalmazás másik nagy területe a megismert cselekvési elvek, módszerek stb. alkalmazása. Nem lehet kétséges, hogy a cselekvésnek az a módszere, amely a magasugrásban a teljesítménynövekedést elősegíti, hatásosan alkalmazható más ugrásokban is.)

d) A tanulók *felkészítése a rendszeres testedzésre, sportolásra* beletartozik a társadalmi gyakorlatra való felkészítés fogalomkörébe. Ezt a tantervek sokféleképpen szolgálhatják. Szolgálhatják pl. alternatívák közötti választási lehetőség nyújtásával (a helyi

körülményekhez való jobb alkalmazkodás érdekében); a testgyakorlati ágakkal, mint egésszel való megismertetés igényének az érvényesítésével, abban az értelemben, ahogyan korábban utaltunk rá; egyéb olyan ismeretek, készségek elsajátíttatásával, amelyek a fizikai aktivitás egyéb formáihoz adnak felkészítést a tanulóknak (pl. kondicionáló testgyakorlás).

e) Jelen fejtegetéssel összefüggésben talán figyelmet érdemelhet egy sajátos szempont is. A testnevelés tantervébe kiválasztott testgyakorlati ágak a játéktartalom (= a játékfeladatban visszatükrözött „általános") tekintetében általában eltérő teljesítménykomponenseknek felelnek meg. Ez szükségszerű és erről a tantervek nem is mondhatnak le, hiszen a feladatmegoldó-képesség fejlesztése szempontjából *eltérő, de szükséges* ismeretek, készségek elsajátításának a forrásai. A gyakorlatias irányú képzést szolgálhatja, ha ezeket a testgyakorlati ágakat *Bruner* értelmezése szerinti „modellként" felhasználva, a játéktartalom tekintetében hasonló más sportágak megértését is elősegítjük. Ezzel szolgálhatjuk az érdeklődés felkeltését is, és elősegíthetjük a velük való önálló megismerkedést. Ez az önművelésre való nevelés egyik lehetséges megoldása.

(Folytatjuk)

A testnevelés felszerelési, eszközellátottsági szintjéről

DR. JUHÁSZ KÁROLY

A Pedagógusok Szakszervezete a közel másfélszázezer pedagógus munkavédelméről, munkakörülményének alakulásáról rendszeresen véleményt alkot. Az e téren tapasztaltakat értékeli és a feladatok megoldásához segítséget kíván nyújtani. E vizsgálódások során a Pedagógusok Szakszervezete a munkakörülmények fogalomkörébe sorolja mindazokat a tényezőket, amelyek a *pedagógusok munkáját nehezítik vagy könnyítik.*

A munkavédelem fogalomkörébe tartozik e nézőpontból az *oktatási hálózat fejlesztése* — mint szabadtéri testnevelési órák lebonyolítása szempontjából fontos tényező —, az oktatási intézmények *területeinek védelme,* a létesítmények *állagának megőrzése,* de ide tartozik a *taneszköz-, a szemléltetőeszköz*-ellátottság is, amely a pedagógusok korszerű oktató-nevelő munkáját, illetve annak hatékonyságát, eredményességét fokozza.

Ezért üdvözölték örömmel a pedagógusok az országgyűlés tavaszi ülésszakának vitája során azokat a felszólalásokat, amelyek azt bizonyították, hogy az oktatási intézmények *munkakörülményeit társadalmi összfigyelem kíséri.*

Ez alkalommal a testnevelés tantárgy foglalkozási eszköz jelenlegi ellátási szintjéről szeretnénk néhány gondolatot felvetni annak érdekében, hogy ezzel is az e tárgyat tanító pedagógusok munkáját segíthessük.

Mielőtt e helyzetelemzés részletes számadatait felvázolnám, szólni kell arról az örvendetes tényről, hogy 1970. szeptember 28—30 napjain Budapesten a parlamentben

ülésezett az *V. Nevelésügyi Kongresszus*. A kongresszus a Pedagógusok Szakszervezete kezdeményezésére, majd az újjá alakult Magyar Pedagógiai Társaság javaslatára megvitatta a magyar nevelésügy elmúlt negyedszázadban történt fejlődését, s megállapította, hogy ez a fejlődés *minőségileg magasabbrendű korszakába lépett*. A kongresszus több mint két esztendős rendkívül széles körű előkészítő munka után vitatta meg — öt témabizottság jelentése alapján — köznevelésünk helyzetét, és körvonalazta a nevelőmunka további javítására, nevelési rendszerünk, korunk igényeinek megfelelő további tökéletesítésére vonatkozó javaslatait.

Így született meg az V. Nevelésügyi Kongresszus *ajánlása*, amellyel a kongresszus résztvevői a párthoz, a nevelésügy irányításában illetékes állami és társadalmi szervekhez, a pedagógusokhoz, a szülőkhöz, az ifjúság nevelésében érdekelt minden tényezőhöz fordultak. E kongresszusi ajánlás nagyon sok vonatkozásban tartalmaz célkitűzéseket *az iskolai testnevelés oktatásával kapcsolatban is*. Csak néhány olyan célkitűzést vázolnék fel, amelyek egybevetve a jelenlegi felszerelési eszköz ellátási szint státusával, markánsan kirajzolják jövőbeli teendőink körvonalait.

Az ajánlás — elismerve a testi nevelés fontosságát — ismételten megállapítja: „A kongresszus véleménye szerint követelmény, hogy a sportmozgalom minden szervezetében, a sporttevékenység minden szintjén az erkölcs és a társadalmi magatartás szocialista normái érvényesüljenek, és hogy a feltételek lényeges javításával a sportolás — viszonylag rövid időn belül — az ifjúság legszélesebb tömegei számára lehetővé váljék."

Az előrehaladás ütemének gyors intézkedésekre van szüksége — állapítja meg az ajánlás — több területen, többek között *„a testi nevelés kiterjesztésében"*. „... nagy gondot kell fordítani a személyi és mentálhigiéniai, valamint egészségügyi nevelésre, a gyermek-egészségügyi kutatásokra, a testneveléstudomány fejlesztésére."

Örömmel kell üdvözölnünk azt a tényt, hogy az ajánlás döntő szerepet biztosít a korszerű iskolai oktatás fogalomkörén belül *a tárgyi feltételek fontosságának*.

A III/11. pont sürgeti, „hogy valamennyi oktató-nevelő intézményt ellássunk a szükséges és előírt alapvető felszereléssel... Biztosítani kell a testi nevelés feltételeit."

A kongresszus felhívással fordul a tanácsokhoz annak érdekében, hogy az eddiginél lelkiismeretesebb gazdái legyenek az irányításuk alá tartozó oktatási intézményeknek. „Saját erejükből is gondoskodjanak róla, hogy iskoláik és egyéb nevelő intézményeik megfelelően el legyenek látva az eredményes munkához szükséges épületekkel, dologi felszereléssel, pénzügyi eszközökkel. Részesítsék a területükön dolgozó pedagógusokat közvetlenül is mindig a lehető leghatékonyabb anyagi és erkölcsi támogatásban."

Ezek után térek rá a testnevelési tantárgy eszközellátottsági szintjének elemzésére.

Az értékelésénél a Művelődésügyi Minisztérium Statisztikai Osztályának felmérése szolgál alapul, mely az általános iskolai és középiskolai taneszközök állapotára, hiányára, illetve a hiány forintértékére is kiterjedt. A felmérés az 1968. december 31-i állapotot rögzíti.

Azóta nyilván sok kedvező intézkedés, beszerzés történt. Nem tételezhető fel azonban, hogy a felmérés több ezer adatában kardinális változás következett volna be. Így azokat a jelenlegi helyzet reális mércéjéhez közelállónak kell tekintenünk.

A számbavétel 426 általános iskolai és 363 középiskolai taneszközre terjed ki. A felmért taneszközök között a *testnevelési tantárgy általános iskolai területen 25, középiskolai* vonatkozásban pedig *34*, azaz összesen 59 eszközzel, szerrel szerepel.

A felmérés a *tantervi célkitűzésekhez*, feladatokhoz, követelményekhez igazodó *eszközönkénti norma alapján* történt. A számbavétel főleg azokra a legfontosabb taneszközökre terjedt ki, illetve azok körét ölelte fel, melyek az eredményes iskolai oktató-nevelő munkához *alapvetően szükségesek*.

Valamennyi szer és taneszköz *közös jellemzője* a forintérték is, ezért a darab mennyiségek és százalékok mellett a közreadott értékelés forintban kifejezhető mutatókat is tartalmaz. A taneszközönkénti értékösszegeket a TANÉRT vállalat által megadott 1969. évi január 1. napján érvényes kereskedelmi egységárak alapján állították össze. (Ettől az árindextől tehát eltérés következhetett be napjainkig.)

Az adatgyűjtés kérdőívei — melyek az iskoláknál és a közvetlenül irányító tanácsi szerveknél *jelenleg is megtalálhatók* — rendkívül nagy segítséget és megfelelő, reális alapot nyújtanak az iskolák taneszköz ellátottságának távlati tervezéséhez, a rendelkezésre álló pénzeszközök gazdaságos, célszerű felhasználásához, illetve ahol az szükséges, rendkívüli és külön anyagi bázisok előteremtéséhez, megszerzéséhez.

A jelenlegi szerállományt tekintve — a hiányok arányait értékelve — azonban *legyünk reálisak*, a tantervi célkitűzések eléréséhez szükséges eszközszint mielőbbi biztosítása érdekében — minden szinten, tehát iskolákban, járásokban, de még megyéknél is — célszerű elfogadható határidőket tartalmazó ütemezéseket készíteni, s azok szerint a pótlásokat végrehajtani.

Nyílván a felmérés, de az ütemezés is segíthet abban a vonatkozásban is, hogy a TANÉRT a különböző ipari területekre megfelelő időben kellő arányú és értékű megrendeléseket juttathasson el, és a tapasztalat szerint a hiányok így zökkenőmentesen pótolhatók legyenek.

Hasonló jellegű taneszközfelmérés történt 1959-ben, amikor a felmérés ugyancsak kiterjedt a testnevelési tantárgy felszerelési eszközeire is. Néhol ennek megfelelően lehetőség van a jelenlegi és a korábbi adatok *összevetésére*.

Összefoglaló értékelés

A számbavétel tárgyát képező 426 általános iskolai és 363 középiskolai taneszközszükséglet 2903 millió forint, ebből hiány 1625 millió forint. Az ellátottsági szint — a két iskolatípusban együtt — országosan 44 százalékos (a hiány 56 százalékos).

Az általános iskolákban némileg kedvezőbb a helyzet az országos szintnél: a szükséglet 2214 millió forint, a hiány 1212 millió forint, tehát az ellátottság 45,3 százalékos (a hiány 54,7 százalékos).

A középiskolák taneszköz szükséglete 689 millió forintot képvisel, a hiány 413 millió forint, ennek megfelelően az ellátottsági szint 40,1 százalék, (a hiány 59,9 százalék).

Általános iskolák

Az *1959. évi felmérés* 458 kiválasztott taneszközre terjedt ki, melyből az általános iskolák *ellátottsági szintje 41,2* százalékos, a hiány pedig 58,8 százalékos volt. Bár az 1968-ban felmért taneszközök felesége lényegesen eltért az 1959. évitől, mégis az itt közölt százalékos adatok az összehasonlítás alapjául szolgálhatnak, és az ellátási szint bizonyos fokú javulásáról, fejlődéséről adhatnak számot. Ugyanis az 1968-ban vizsgált 426 taneszközzel való *ellátottság 45,3* százalékos, a taneszközhiány pedig 54,7 százalékos.

A hiány mértéke tantárgyanként és eszközcsoportonként *rendkívül változó*.

Míg például az alsó tagozati taneszközökben 1959-ben 74,3 százalékos volt a hiány, addig 1968-ban a hiány 73,4 százalékos. Az ellátottság szintje itt tehát *stagnál*.

Ha a felső tagozati taneszközöket tantárgyanként vizsgáljuk, akkor az egyik legkedvezőbb képet a történelem tantárgy taneszközellátásának *javulásában* tapasztaljuk. Míg a történelem oktatásához szükséges taneszközökben a hiány 1959-ben 82,1 százalékos volt, addig ez az arány 1968-ban 43,0 százalékra javult. Javulás mutatkozik, ha nem is ilyen nagy arányú, több tárgynál, így pl. az élővilágnál a hiány 1959-ben 80,9 százalék, 1968-ban 66,9 százalék; orosz nyelvnél 1959-ben 74,1 százalék, 1968-ban 65,7 százalék; fizikánál 1959-ben 77,7 százalék, 1968-ban 72,0 százalék; számtan-mértan: 1959-ben 80,7 százalék, 1968-ban 61,7 százalék.

Ezek között foglal helyet a testnevelés tantárgy is, mert míg 1959-ben a taneszköz hiány 77,5 százalékos volt, ez 1968-ra 64,5 százalékra csökkent.

Sajnálattal kell megállapítanunk, hogy vannak tantárgyak, ahol a *hiány* az elmúlt évek során csak növekedett, pl. földrajznál 1959-ben a hiány 52,6 százalékos, 1968-ban 55 százalékos; kémiánál 1959-ben 77,2 százalék a hiány, 1968-ban 82,8 százalék.

Az általános iskola minden osztályát egybevetve a taneszközhiány 54,7 százalékos, akkor a testnevelési órák az általánoshoz képest mostohább helyzetben vannak, hiszen hiányuk — mint korábban említettük — 64,5 százalékos.

A tantervi célkitűzéseket tekintve a felmérés az általános iskolák szükségletét — a testnevelés tárgy oktatása terén — 159 606 742 forintban határozta meg, s mivel 64 104 124 forint állományt tapasztalt, ennek megfelelően az oktatáshoz szükséges felszerelési eszközök és szerek ellátottsági szintjét 35,5 százalékban rögzítette.

A hiány értéke 102 939 342 forint.

A hiányt az is indokolja, hogy igen magas a tornatermi felszerelések, eszközök egységára. Bár van közöttük olyan is, amelyik könnyebben és viszonylag olcsóbban beszerezhető. Forintértékben a legnagyobb a hiány a kétrészes bordásfalakban. (22,8 millió forint). Utána értékben a kosárlabdapalánk (12,7 millió), továbbá a két kg-os hajszalabda (10,1 millió forinttal), s a bőr kosárlabda (8,3 millió forinttal) következik.

Érthetetlen azonban, hogy mind a testnevelést tanító pedagógusok, mind az általános iskolák vezetői tudják, hogy a testnevelési órák és sportfoglalkozások során milyen sok tanulósérülés következik be, ennek ellenére 5,9 millió forint értékben hiányzik az előírt *mentőfelszerelés, mentőláda.*

Forintértékben legkisebb a hiány a 25 m-es mérőszalagban (180 ezer forint), a 3 kg-os súlygolyóban (490 ezer forint), egyrészes dobbantó deszkában (529 ezer forint) stb.

A mintaként kiemelt 25 lényeges felszerelési tárgy hiánya csökkenő %-os sorrendben:

Hajszalabda	90,0%
Tornabot	87,5%
Mentőláda V. sz.	87,5%
Kosárlabda	85,3%
Kosárlabdapalánk	80,3%
Súlygolyó, 4 kg	76,2%
Ugrókötél	74,0%
Súlygolyó, 3 kg	72,0%
Gerenda	69,4%
Mászórúd	68,6%
Magasugróléc	68,3%
Faliképsorozat	65,5%
Bordásfal, Kétrészes	62,7%
Futball-labda	62,0%
Tornapad, 2 m	61,5%
Ugrószőnyeg, kicsi	60,2%
Stopperóra	57,2%
Mászókötél	55,5%
Kézilabda, stukklabda	54,2%
Ugrózsámoly	53,5%
Ugrószőnyeg, nagy	43,7%
Dobbantódeszka	42,0%
Mérőszalag	41,4%
Magasugróállvány	26,5%
Ugrószekrény	14,9%
ÖSSZESEN:	64,5%

Az 1959-ben felmért és az 1968-ban felmért sporteszközök között 15 azonos fajtájú van, így rendelkezésre áll e 15 fajtán belül az elmúlt évek során *bekövetkezett változás értékelése.*

Van ahol rendkívül komoly *javulás* tapasztalható. Az alábbi összehasonlítások is mutatják e javulásokat:

Tanszer elnevezése	Hiány 1959-ben	Hiány 1968-ban
Dobbantódeszka	93,9%	42,0%
Gerenda	93,7%	69,4%
Magasugróállvány	58,1%	26,5%
Magasugróléc	86,4%	68,3%
Mászókötél	80,7%	68,6%
Stopperóra	92,5%	57,2%
Tornapad, 2 m.	96,8%	61,5%
Ugrókötél	92,9%	74,0%
Ugrószekrény	57,5%	14,9%
Ugrózsámoly	90,1%	53,5%

Sajnálatos, hogy pl. a kétrészes bordásfal 1959. évi 46,70 százalékos *hiánya* kilenc év alatt 62,7 százalékra *emelkedett.*

Van, ahol a hiány *stagnál*, bár nem költséges sporteszközről van szó. Pl. a tornabot hiánya 1959-ben 90,8 százalékos volt, míg

jelenleg a felmérés 87,70 százalékos hiányt talált.

Igen sajnálatos, hogy alig javult az általános iskolák ugrószőnyeg-ellátása. Nem véletlenség tehát az évi ötezer tanulósérülés! (Sok gyakorlat nélkülözi a szőnyeget!) A kis ugrószőnyegek hiánya 1959-ben 83,0 százalék volt, 1968-ban ez csak 60,2 százalékra csökkent. A nagy ugrószőnyeg hiányszázaléka 53,6-ről 43,7-re csökkent.

Szólnunk kell arról is, hogy hány tornateremmel rendelkeznek az általános iskoláink. Hazánkban az általános iskolákban 1257 tornaterem található. Sajnálatos tény, hogy két olyan járásunk is van (Veszprém megyében a keszthelyi, Zala megyében a lenti járás), *ahol egyetlen általános iskola sem rendelkezik tornateremmel.*

Öt olyan járásunk van, ahol csak *egy-egy* általános iskolában található tornaterem (Baranya megyében a szigetvári, Szabolcs megyében a csengeri, Veszprém megyében a tapolcai és Zala megyében a letenyei, illetőleg a zalaszentgróti járások általános iskolái csak egy-egy tornateremmel rendelkeznek!)

Az ország 112 járásához képest tehát a felsorolt hét járás helyzete a testnevelés oktatás vonatkozásában *igen súlyos.*

Középiskolák

A középiskolákban a legutóbb felmért 363 középiskolai taneszköz közül — mint már említettük — 34 volt tornaszer. Mivel a felmérés a szükségletet 46 916 683 forintban állapította meg és 31 967 663 forintos állományt tapasztalt, így a középiskolákban az általános iskoláknál kedvezőbb helyzetet konstatálhatunk, a hiány a szükségletnek 42,4 százaléka.

A középiskola valamennyi tantárgyát tekintve a taneszközhiány 59,9 százalék, tehát a testnevelés a középiskolákban az általános ellátási szintnél *kedvezőbb helyzetben van.*

A felmért 25 felszerelési tárgy sorrendje a hiány százalékában a következő:

Gumilabda, művészi tornához	86,9%
Gerely női v. ifjúsági	79,1%
Függő-szerkonzol	71,6%
Medicinlabda, 1 kg-os	71,6%
Falinyújtó	71,2%
Falikép: A testnevelés tanításához	69,0%
Magasugróléc	68,5%
Diszkosz, női v. ifjúsági	67,3%
Medicinlabda, 2 kg-os	66,8%
Reiter-dobbantó, 140×65×40 cm	65,6%
Kislabda 15 dkg	62,7%
Medicinlabda, 3 kg-os	61,9%
Röplabda, bőr v. műanyag	58,1%
Mérőszalag, 25 m-es acél	57,9%
Ugrózsámoly	57,7%
Röplabdaháló-tartó szerkezet	51,3%
Ugrószőnyeg, 120×200 cm	49,7%
Stopperóra	46,7%
Kézilabda, bőr v. műanyag	41,5%
Mentőláda MNOSZ 445 V. sz.	41,0%
Mászókötél v. mászórúd	40,1%
Kézilabdakapu (kapuhálóval)	40,1%
Nyújtó	39,6%
Felemás korlát	38,1%
Talajszőnyeg 140×400 cm	36,7%
Kosárlabda, bőr v. műanyag	32,9%
Magasugróállvány (pár)	32,7%
Súlygolyó	28,3%
Korlát	27,6%
Tornapad, 450×27×32 cm	27,4%
Kétrészes bordásfal	27,2%
Ugrószekrény, 5 részes	26,7%
Kosárlabdapalánk	25,3%
Gyűrűhinta	24,9%
Gerenda	23,1%
ÖSSZESEN:	42,4%

A fenti összehasonlító-táblázatok beszédesen rámutatnak azokra a feladatokra, amelyeket a hivatástudatot érző, e tárgyat sok-sok fáradsággal tanító pedagógusok munkájának segítése érdekében az alsó- és középfokú oktatási intézmények vezetőinek, a tanácsok illetékeseinek a költségvetések és pénzügyi tervek összeállításánál maguk elé kell tűzniük, és az oktató-nevelő munka hatékonyságának fokozása érdekében mielőbb végre is kell hajtaniuk.

Magasugrás egész éven át

FARMOSI ISTVÁN
FERTŐI PÁL

A középiskolás fiúk négy éven keresztül vezetett személyi kartonjain feltüntetett atlétikai felmérési eredmények érdekes jelenségre hívták fel a figyelmünket. Az eredmények elemzése során kiderült, hogy az osztályátlagok viszonylatában a 60 m-es síkfutás és a távolugrás eredményei az I-IV. osztályban egyenletesen fejlődtek (1. sz. grafikon). Az év eleji és év végi eredmények összehasonlítása során pedig kismértékű fejlődést, vagy stagnálást tapasztaltunk.

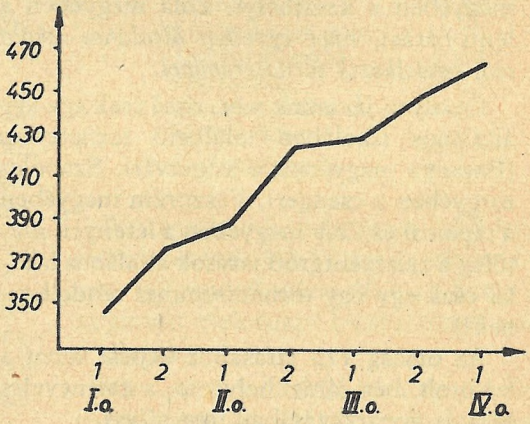
A magasugrás eredményei azonban ettől eltérő tendenciát mutattak. Az elmúlt évek tantervei — az általános iskolai előképzettségre alapozva — a középiskolák első osztályaiban a fiúk számára a guruló magasugró technika elsajátítását írták elő.

Mivel az általános iskolából kikerült tanulók 90%-a az átlépő technikát ismerte, ezért az első év elején ezzel a technikával mértük fel magasugró teljesítményüket. Majd az őszi és tavaszi szabadtéri lehetőségek mellett és az adott óraszámban oktatott guruló-magasugró technikával ellenőriztük teljesítményüket. Noha fizikai képességeik fejlődtek, a gurulótechnikával elért eredményeikben tekintélyes visszaesést tapasztaltunk (2. sz. grafikon). Ebből arra következtettünk, hogy a tanulók a gurulótechnika tanulása során a gyakorlás alacsony frekvenciája miatt nem jutottak el a készség fokára, általában jártasságra tettek szert.

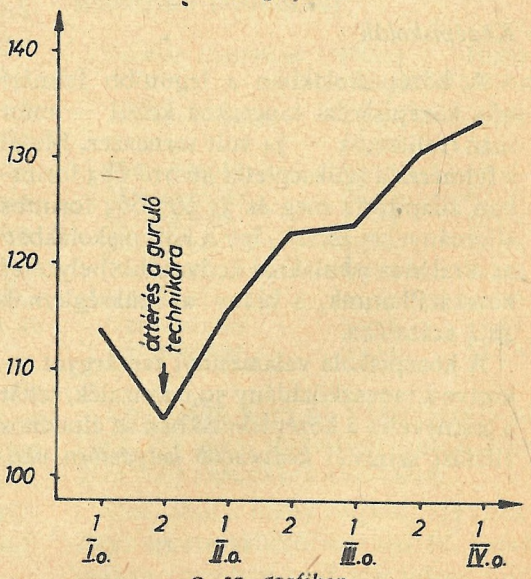
A habszivacs megjelenése lehetővé tette a magasugrás tornateremben való balesetmentes oktatását. Ezen lehetőség és pszichofiziológiás ismereteink birtokában feltételeztük, hogy a gurulótechnika egész éven át tartó gyakorlása biztosíthatja a tanulók mozgáskészségének kialakulását. Hipotézisünk igazolására kísérletet végeztünk annak megállapítására, hogy az egész éven át tartó (minden órán gyakoroltatott) magasugrás, valamint a szokásos őszi, tavaszi gyakorlás milyen eltérést hoz létre az eredményekben.

A kísérlet leírása

Kaposvár két középiskolájában — a Táncsics Mihály Gimnáziumban és a Móricz Zsigmond Mezőgazdasági Technikumban — egy tanéven át kísérletet folytattunk két



1. sz. grafikon



2. sz. grafikon

két első osztállyal. Közülük egy-egy kísérleti és egy-egy kontrollosztály volt. A kísérleti osztályok az egész tanév folyamán, minden testnevelési órán — mintegy ötven alkalommal — tanulták és gyakorolták a guruló magasugrást. A kontrollosztályok a hagyományos módon — ősszel és tavasszal —, mintegy húsz órában foglalkoztak ezzel a technikával. A gyakorlás frekvenciája tehát mintegy kettő és félszer nagyobb volt a kísérleti, mint a kontrollosztályoknál. Az előbbinél — kiegészítő feladatként — speciális képességfejlesztés is folyt, míg az utóbbinál csupán a tantervben szereplő ugrásfajták szolgálták az előkészítést.

A kellő motiváció érdekében — ősszel és tavasszal egyaránt — versenyszerűen vettük fel az eredményeket. Vele párhuzamosan mértük Abalakov módszerével a függőleges felugrást, azzal a céllal, hogy a motorikum egyéb vonatkozásait is figyelemmel tudjuk kísérni.

Adatainkat variációs statisztikai módszerrel dolgoztuk föl. Kiszámítottuk a számtani átlagot és hibáját, a szórást és ennek terjedelmét. Tájékoztatásul közöljük a minimum és maximum értékeket is. Az őszi és tavaszi eredmények között egymintás „t" próbát számítottunk a szignifikáns differencia megállapítására. Az eltéréseket 5%-os szinten tekintettük szignifikánsnak. A kísérleti és kontrollosztályok őszi adatait kétmintás „t" próbával ellenőriztük. A négy csoportot pedig együttesen varianciaanalízissel vizsgáltuk.

A kísérlet értékelése

A számszerű eredményeket az 1. számú táblázatban foglaltuk össze, őszi és tavaszi bontásban. A két iskola kísérleti és kontrollcsoportja között ősszel 5,42 cm-es, illetve 2,44 cm-es különbség mutatkozott. Ez nem szignifikáns ($P > 5\%$). Így a kísérlet lefolytatható volt, hiszen egyik osztály sem tért el oly mértékben egymástól, hogy az az oktatás folyamán hátrányt jelentett volna. Ekkor a függőleges felugrás tekintetében az alábbi eredményeket találtuk. MGT kísérleti = 44,5 cm; MGT kontroll = 41,5 cm; Táncsics kísérleti = 42,4 cm; Táncsics kontroll = 41,1 cm.

2. sz. táblázat

Csoportok	diff.	t érték	P%
MGT kísérleti	2,52	4,320	$P < 0{,}1\%$
MGT kontroll	3,96	5,184	$P < 0{,}1\%$
Táncsics-kís.	3,15	3,981	$P < 0{,}1\%$
Táncsics-kontr.	-4,50	2,474	$P < 0{,}1\%$

1. sz. táblázat

Csoport	N	$X \pm s_x$	s	i	Min.—Max.
Ősszel					
MGT kísérleti	24	117,29 ± 1,97	9,50	55	95—140
MGT kontroll	24	111,87 ± 3,21	15,44	55	90—145
Táncsics-kísérleti	27	119,44 ± 3,49	18,15	75	80—155
Táncsics-kontroll	10	117,00 ± 4,94	15,63	40	100—140
Tavasszal					
MGT kísérleti	24	119,81 ± 2,64	12,72	50	100—150
MGT kontrol	24	115,83 ± 3,03	14,57	60	95—155
Táncsics-kísérleti	27	122,59 ± 3,13	16,25	60	90—150
Táncsics-kontroll	10	112,50 ± 5,69	17,99	60	80—140

3. sz. táblázat

Csoport	Javult			Változatlan		Romlott		
	fő	%	cm	fő	%	fő	%	cm
MGT kísérleti	11	45,8	10,4	9	37,5	4	16,7	8,7
MGT kontroll	12	50,0	12,1	6	25,0	6	25,0	6,6
Táncsics-kísérleti	14	51,4	9,3	7	25,7	6	22,9	9,2
Táncsics-kontroll	3	30,0	8,3	2	20,0	5	50,0	12,0

A tanév folyamán a gurulótechnikával elért eredmény három esetben javult, és csupán a kis létszámú, koedukált Táncsics kontrollosztálynál romlott. A javulás mértékét, valamint a „t" próba adatait a 2. sz. táblázat tartalmazza. Noha a számszerű eredményekben nagymértékű differencia nem volt tapasztalható, valamennyi különbség igen erősen szignifikáns ($P < 0{,}1\%$). Az eredmények hipotézisünknek azt a részét, hogy az egész éven át tartó gyakorlás után törés nem következik be, sőt az eredmények javulnak — noha az új technikára való áttérés kapcsán a stagnálást is eredménynek könyvelhetnénk el — bizonyította. Azt a megfigyelést viszont, hogy az eredmények az elégtelen és kettéválasztott őszi-tavaszi gyakorlás következtében visszaesnek, az MGT kontrollosztály, erősen szignifikáns javulása miatt, nem igazolta teljes mértékben. Ennek oka az a véletlen lehet, hogy jobb adaptációs készséggel rendelkező tanulók kerültek ebbe az osztályba. Közrejátszhatott benne az is, hogy ezek a tanulók alacsonyabb szinten ismerhették a magasugrást, s ezért a dinamikus szterotípet kevésbé kellett megbontani az új technika oktatása során.

Feldolgoztuk adatainkat abból a szempontból is, hogy hány tanulónak javult, maradt változatlan, illetve romlott az eredménye. Erről a 3. sz. táblázat tájékoztat. Ebből kitűnik, hogy a legtöbben az MGT kontroll és a Táncsics kísérleti csoportban javultak (50 és 51,4%). Az MGT kísérleti csoportból több mint egyharmada a tanulóknak megtartotta eredményét (37,5%). Százalékosarányban legtöbben a Táncsics-kontrollcsoportban romlottak (50%). A két iskola

4. sz. táblázat

Variáns	SQ	FG	MQ	F_{ea}
Teljes	338,44	15		
Ismétlés	35,34	3		
Kezelés	229,72	3	76,56	
Hiba	73,38	9	8,15	9,39

$F\ 5\% = 9{,}39 > 5\%$ n. sz. (tábla $\frac{3}{9}$ nél 3,86)

$F\ 10\% = 9{,}39 < 10\%$ szignifikáns

kísérleti és kontrollcsoportjának javulását és romlását „ugyancsak „t" próbával ellenőriztük. Ez egyetlen esetben sem adott szignifikáns eredményt.

A négy csoport varianciaanalízissel történő egybevetéséről a 4. sz. táblázat nyújt tájékoztatást. A csoportok között a kezelés hatására 5%-os szinten nincs szignifikáns különbség. A differenciák azonban 10%-os szinten szignifikánsak. Ez azt jelenti, hogy az eredményeket 90%-ban a kezelés, az általunk alkalmazott módszer okozta, míg 10%-ban a véletlen. Ezt is pozitív eredménynek tekinthetjük azonban, hiszen tanulóink eredményei 90%-os biztonsággal az egész éven át tartó gyakorlás következtében javultak.

Összefoglalás

Összefoglalva megállapítható, hogy a hagyományos órakeretben oktatott guruló magasugrás, valamint az egész éven át folyó oktatás eredményessége között statisztikailag igazolható különbség van. Javasoljuk tehát a módszert, mert a javuló eredmények nemcsak a tanár örömélményét biztosítják, hanem a tanulókat is pozitívan motiválják.

Az erő forrása

SOMORJAI LÁSZLÓ

Az iskolai testnevelésről vita vitát, értekezlet értekezletet követ. Évek óta hol egyik, hol másik probléma kerül a viták, értekezletek középpontjába. Volt szó az osztályzásról, beszéltünk a felmentésekről, megkönnyítettük a tantervi anyagot, vita folyt az óraszám emeléséről stb. Most kiragadom a legutóbbi értekezletből azt a gondolatot, mely a növendékek testi fejletlenségéről hangzott el. A fent említett értekezletekről, vitákról az a személyes megjegyzésem, hogy bár sok problémát feltártak, mégsem született ezek nyomán tett. Hiába látták a viták résztvevői a hibák forrását, tett nélkül — a hibák eredményes kijavítása nélkül — felesleges időtöltés a sok értekezlet, vita.

Én most felvetem azt a problémát, mely az iskolai testnevelés eredménytelenségét a fejletlen gyermekekben látja. Erről több kiküldött szólt, de legszembetűnőbb volt az egyik tisztnek a megállapítása, mely szerint a Tisztképző Főiskolára jelentkezett érettségizett tanulók alig-alig tudnak megfelelni a fizikai követelményeknek; holott ez a követelmény nem is olyan magas. De szembetűnően sok a rossz testtartású, cammogó mozgású, erőtlen tanuló az általános iskolákban is. Hosszú, vékony karok, izom nélküli erőtlen lábak, púpos hátak — mind a testnevelés eredménytelenségéről árulkodnak. Én az eredménytelenség okát most az egyszer nem a testnevelési órák alacsony számának tudom be, hanem egyéb okát látom.

Vissza szeretnék utalni az ún. polgári iskolához. Ez volt a zsákutca, ahonnan alig lehetett valahová feljebb kerülni, más iskolába jutni. Ennek a polgári iskolának (sok volt belőle hazánkban) a testnevelési tantervében sok olyan anyag szerepelt, melyet ma elhanyagolunk, s okkal, ok nélkül elmellőzünk. A gimnasztikai anyag, a szabadtéri sportok, az atlétikai számok, az alkalmi sportok mellett ott volt ennek az alsó fokú középiskolának az anyagában a tornaszerek sokasága is! Azok a tanulók, akik idejártak, 10—14—15 évesek voltak. Vagyis olyan korúak, mint a mai 6—7—8. osztályos tanulók. Érthetetlen, hogy akkor ezeket a tanulókat nem féltették a szerektől, pedig fejlettségben éppen olyanok voltak, mint a mai 10—15 éves tanulók. Minden osztály anyagában volt valamely szergyakorlat, fejlettségi szintjüknek megfelelően; és ezzel bőségesen éltek is a tanulók. Ott állt minden polgári iskolában a nyújtó, a korlát, a gyűrűhinta; sőt általában ott volt a ló is. Nem beszélek arról, hogy a kötél, a rúd szinte állandó jellegű gyakorlatként szerepelt. Ha valahol tornaterem volt, akkor volt benne létra, gerenda is. Mi következett ebből? Az, hogy ezzel a színes sokoldalúságra nevelő, főleg a felsőtestet foglalkoztató gyakorlatokkal ezek a tanulók jóval erőteljesebben fejlődtek, mint a mai, a mostani gyakorlatok által. Nem vonjuk kétségbe a mai tantervi anyag korszerűségét, jóságát, de mégis a színesebb, erőteljesebb hatásokat kiváltó anyag többet érő volt a mainál.

Annak, hogy ezek a szerek kikerültek az általános iskolák termeiből, gyakorlataik a tantervi anyagból, bizonnyára valami oka volt. De mint régebbi nevelő állítom azt, hogy ezek a szerek, és az ezeken végzett gyakorlatok nem rombolták a fejlődésben levő gyermek fizikumát, inkább erősítették. Aki közülünk már tanított ebben a korban, igazolhat engem. Magam is tanítottam ilyen iskolában! A fent említett szerek testfejlesztő hatásáról ebben a szűk keretben nem nyilatkozunk, de annyit állíthatunk, hogy ezek hatása pozitív volt. Szakemberek ezt bizonyára nem is vitatják.

Másik tapasztalatom a következő. Amikor Hajdúnánásra, az általános iskolához kerül-

tem, teleépítettem az udvart tornaszerekkel. Volt 2 beépített korlátom (alacsony és félmagas korlát), volt egy beépített nyújtóm, az akácfa ágára felszereltem egy trapézt, s amikor órám volt, kivittem 8 mászórudat, és 8 mászókötelet. Tanítványaim megszokták a figyelmes mozgást, a fegyelmezett gyakorlást. Minden 10 percben, iskola kezdete előtt, iskola után gyakorolt ki-ki a saját fejlettségének megfelelően. Tízpercben versengés volt a korlát, a nyújtó, a trapéz megszerzéséért, és — hiba volt-e vagy nem — még az év végi iskolai testnevelési ünnepségeken is tudtunk bemutatni szergyakorlatokat (billentéseket, felkarállásokat, kelepfellendüléseket, kiugrásokat, saslengéseket stb.).

Amikor óráim voltak (mert csak heti 3 napot tanítottam szakfelügyelőségem miatt), kint ültem a szerek között szünetben is, és gyönyörködve néztem az önkéntes gyakorlást, az önkéntes versengést a szereken történhető gyakorlásért. A mászószerekhez jöttek az alsósok, és könyörögve kértek engedélyt a szer használatára. Természetesen engedtem őket mászni, ki meddig tudott felmenni?

Mi történt azalatt a 15 év alatt, amíg én ott tanítottam?

„Apányi" és „anyányi" gyermekek serdültek fel a színes skálájú lehetőségek kihasználásával és az önkéntes gyakorlással. Meggyőződtem arról is, hogy hiába állítjuk, hogy ezek a szerek nem ezeknek a tanulóknak a fejlettségéhez valók, de láttam azt, hogy egyik sem vállalkozott többre, mint amennyire erejéből, bátorságából futotta. Meggyőződtem arról is, hogy ezek a fizikai és pszichikai tulajdonságaik napról-napra fejlődtek, zavarok nélkül, megerőltetés nélkül.

Öröm volt nézni a „deltás" tanulóimat, akikben önkéntelenül is kifejlődött a mindig több feladat elvégzésének természetes gondolata, nőtt az akarata, mert egyik tanuló „vitte magával a másikat", s nekem csak asszisztálnom kellett ehhez a nagyszerű aktushoz. Amikor utódaim panaszkodnak a gyermekek fejletlenségéről, és a testnevelési munka eredményéről, érthető, ha összevetem az akkori lehetőségeket a mostaniakkal. Szabálytalanságot követtem el akkor, amikor a téli óráimon beállítottam az önkéntes szergyakorlást, és év végén a 8.-os tanulóim egyetemesen „lefeleltek" pl. olyan gyakorlatokból, mint az ugrás terpeszülésbe; terpeszülésből emelés felkarállásba; átfordulás terpeszülésbe; vetődési leugrás. Lefeleltek önkéntesen a nyújtón is kisebb gyakorlatokból. Ha a mai tanulók fejlettségét 30%-ban jelöljük meg, akkor állíthatom, hogy az én tanulóim fejlettsége 100% volt.

● Mikrocentrumok az ifjúság sportolása érdekében

Jugoszláviában a tornaterem- és játéktérhiány enyhítésére eredeti ötlettel álltak elő a szakemberek. Egy 1000 m² nagyságú beton felületet hoztak létre, amelyen az ún. kis-sportok űzhetők. A röplabda, kosár- és kézilabda pályának használható terület alkalmas különböző gyermekjátékok (görkorcsolya, roller stb.) és egyéb versenyek lebonyolítására, sőt télen — vízzel locsolva — jégpályaként is használható. A kisebb városok középpontjában elhelyezett „mikro-sportcentrumok" játékdélutánok, sportkörök, de még testnevelési órák lebonyolítására is igénybe vehetők. (Sport. Belgrád 1968 aug. száma)

Szemle

Dr. Krizsanec Károlyné

Gyermektorna

Testnevelési Tudományos Tanács, 1970

Egészséges, edzett gyermekek neveléséhez elengedhetetlen a szakszerűen irányított, sokoldalúan felépített torna. A fiziológiás követelményeknek megfelelő mennyiségű és minőségű mozgás nagyban segíti a szervezet általános fejlődését. A gyermekek mozgásigénye nagy, és úgyszólván kimeríthetetlen, mely jól lekötheto és irányítható a gyermektorna segítségével.

Dr. Krizsanecné sok-sok éve foglalkozik gyermektornával. Tapasztalatait — a jól bevált játékokat és mozgásformákat — 32 óravázlatban ismerteti. Alapos munkáját igen szemléletessé teszi Trunkhahn Judit ötletes rajzsorozata.

A gyakorlatanyag 3-10 éves korú gyermekeknél használható fel. Bőséges választék áll rendelkezésre a különböző játékokból, szergyakorlatokból, utánzó játékos mozgásokból stb.

Nemcsak a gyermektornával foglalkozó tanároknak, hanem óvodai tornában, alsó tagozatos általános iskolai testnevelést stb. oktató nem szaktanárok számára is segítséget, ötletetadó a T.T.T. most kiadott füzete.

Kedvező élettani változásokat a rendszeres, fokozatosan egymásra épülő komplex mozgások gyakoroltatásával lehet elérni. A gyermek életkora szorosan összefügg a mozgáskészséggel, a mozgásfejlettséggel, tehát ezekre is figyelemmel kell lenni. A korán alkalmazott gyermektornával a testi képességek fokozásán és jellemnevelésen kívül, a testnevelés megkedveltetését, igénylését is ki lehet alakítani a gyermekeknél.

Dr. Krizsanec Károlyné „Gyermektorna" (óravázlatok) című munkája bizonyára hozzájárul a gyermektorna további kiszélesítéséhez és fejlődéséhez.

Dr. Székely Gabriella

Tanácskozások fiatal sportolók lúdtalpának gyógyítására és megelőzésére

(Prof. A. I. Kuracsenkov—Sz. M. Szenatorova, Testnev. Tud. Kutatóintézet, Leningrád)

Módszertani levél a gyermeksportiskolák tanáraihoz és edzőihez

Bár a sportolók lúdtalpának kérdése sok kutató érdeklődését magára vonta, a lábfejlődésnek serdülőkori dinamikája és ennek a sportterheléssel való összefüggése még további vizsgálatokat igényel. A szerzők több évtizedes csontrendszeri vizsgálataik során az utóbbi 15 év alatt különös figyelmet fordítottak ennek a kérdésnek tanulmányozására. Szinte minden sportágból szervezett 432 főnyi felnőtt és 314 serdülő-ifjúsági korú sportiskolai tanulónál 1000-nél több röntgenfelvétel és 700-nál több pedometriás vizsgálat készült.

A nehezebb súlyok emelésének (műkorcsolya, súlyemelés, birkózás, ugrószámok) talpboltozati kihatásának funkcionális vizsgálatát is elvégezték. Megfigyeléseiket részben több közleményben, részben a XIII. Nemzetközi Sportorvosi Kongresszuson (1961) Bécsben ismertették.

Jelen levél célja, hogy az irodalmi adatok és saját vizsgálataik alapján összeállított, sportiskolai foglalkozásokon megvalósítható gyakorlatkomplexet adjanak a sportiskolai oktatók kezébe. Meggyőződésük, hogy a helyesen összeállított, rendszeres edzésterhelés az izomzat és a szalagrendszer megerősítése révén emeli a lábboltozatot és a csontstruktúrában is kedvező morfológiai változásokra vezet. Az is kiderült viszont, hogy az edzés-módszertani hibák, fiatal sportolók lábának korai, túlzott megterhelése a boltozat rugalmasságát csökkenti és gyorsan lúdtalpképződést okoz. Gyermek sportiskolásoknál könnyűatléták között 37%, birkózók között 40,9%-ban észleltek bokasüllyedést vagy lúdtalpat. Számos szerző véleménye szerint a lúdtalp többnyire a nemi érés idején alakul ki (Szavkov szerint 65%-ban). Ez utóbbi adatai alapján a lúdtalp gyakorisága 10 éveseknél 2,1%; 12 éveseknél 10,1% és 15 éveseknél 12,0%. Nedrigailov szerint 16—18 év között van a lúdtalp kialakulásának intenzív szakasza. A fejlődésnek ebben a szakaszában a lábízületi szalagok és az izmok nyúlékonyak, tónusuk könnyen gyengül, ezért éppen ebben a korban kell a meglehetősen nagy edzésterhelés-

nek kitett fiatalkorú sportolóknál az izom- és szalagrendszer erősítésére irányuló rendszeres gyakorlatokra súlyt fektetni. Az ilyen gyakorlatok kedvező hatásáról 4 éven át könnyűatlétikai edzésben álló kísérleti csoport vizsgálatainál G. V. Rosupkinnal együtt szereztek meggyőző adatokat. A gyakorlatok jellege a következő:

1. A láb boltozatát tartó lábszár- és lábfejizmok erősítő gyakorlatai.

2. A választott sportág mozgásanyagával részben megegyező, egyes mozgáselemeivel kapcsolatos általános és speciális gyakorlatok a lábfejizmok és a bokaízület erősítésére.

3. Olyan edzésfoglalkozás összeállítása, gyakorlatainak alkalmazása, amely az egész szervezet, de leginkább a lábak fejlesztésére irányul (különös figyelemmel a terhelés boltozatmódosító hatására).

A gyakorlatok összeállításánál előnyben kell részesíteni a formájukban és kivitelezésükben a választott sportágra leginkább hasonlító mozgáselemeket. Ezeket amúgy is végzik a szakedzésen, és egyúttal a talpboltozat erősítését is szolgálják. A gyakorlatok alapját természetesen a belső boltozat emelkedésével járó bokamozgások képezzék. Kuracsenkov és Poljanszkij röntgenfelvételekkel kontrollálták, miként változik a lábboltozat a testhelyzetektől függően, és a következő megállapításra jutottak:

a) A belső boltozat magasabb lesz, ha mérsékelten befelé fordított lábfej külső talpszélére nehezedik a testsúly.

b) A belső boltozat emelkedik, ha kemény tárgy a talpfelszín középső részén (harmadában) nyomást gyakorol. A boltozat magasabb, ha a lábfej elülső részén a középtengelytől kissé laterálisan nyomást gyakorolunk, mint ha a nyomóerő a lábfej felszínének tengelytől befelé eső részén érvényesül.

c) A boltozat emelkedik „billegő járásnál", lábujjakra emelkedve, valamint puha talajon állva is magasabb, mint egyéb állásfajtában.

d) Magasabb lesz a belső boltozat fél lábon állva, ha a függőleges tengely körül csípővel és lábszárral kifelé irányuló testforgást végzünk; ellenirányú (befelé) forgásnál a belső boltozat laposabb lesz.

e) A talpboltozat magassága a testhelyzettől függően a következő módon változik: laposabb lesz, ha ülő helyzetből felállunk, különösen, ha fél lábra állunk, emelkedik a boltozat guggoláskor a páros lábon állva észlelt boltozatmagassághoz képest.

Ha a megterhelést apránként növeljük, a boltozat laposabb lesz, majd egy bizonyos terhelési szint elérése után ismét emelkedik. Ez az emelkedés serdülőknél és ifjúságiaknál 30—50 kg közti terhelésnél jelentkezik. Gyakorlatok közben ügyelni kell arra, hogy a lábfejeket ne csak párhuzamosan, hanem kissé befelé fordítva tartsák, így lehetővé válik, hogy ugrás és futás közben az elrugaszkodás pillanatában valamennyi ujjhajlító izom aktívan közreműködjék. Másrészt a fenti lábtartás mellett a test nehézségi ereje nem a talp belső szélére irányul, hanem az erősebb külső boltozat felé helyeződik át, és az erővonal kb. a talp hossztengelyén halad át.

A lábszárizmok és a boka szalagrendszerének erősítő gyakorlatait az edzésmunka bevezető részébe, de zömmel az óra végének mozgásanyagába kell beiktatni.

A bevezető rész mozgásanyagának vázlata:

1. Különféle járásnemek, lábujjon ruganyos szökdécselés, belső boltozatsüllyedésekor rugózás keresztlépésekkel — minél nagyobb átlépéssel, egyidejűleg egész törzsfordítással; a lábujjra emelkedés mindig maximális legyen.

2. Különféle szökdécselések lábujjon, helyben és tova haladva, ugrókötéllel és anélkül, párhuzamos és erősen befelé fordított lábfejjel is. Váltott lábú ugrálás, felugráskor a testsúlyt a sarok felől a talp külső szélén a lábujjak irányába előregördíteni.

3. Járás, mászás bordásfalon, talpközépre nehezedve.

4. Közepes és mérsékelt iramú tipegő futás, futás ugrásokkal a külső talpszélre nehezedve.

5. Bordásfalba kapaszkodva, lábujjon állva, váltott lábkörzés befelé csavart lábfejjel; ugyanez ülő testhelyzetben a következő sorrendben: lábfejnyújtás, befelé csavarás, hátrahajlítás, kifelé csavarás. Törekedni kell a maximális mozgásszélesség kihasználására, hogy minden izom maximális munkát végezhessen. Állásban térdhajlítás sarokemelés nélkül.

Gyakorlatvázlat az óra főrészének végére:

1. váltott lábon lábujjakon ugrálás (szőnyegen vagy homokon),

2. ugrálás két lábon; könnyű és mérsékelt iramú tipegő futás külső talpszélen (szőnyegen, homokon, fűrészporban vagy gyepen) puha talajon terhelés nélkül és kis terheléssel. Ezekből a gyakorlatokból a lúdtalpas gyerekeknek mindennapi otthon végzendő feladatot kell adni.

Az idő gazdaságosabb kihasználása végett a speciális gyakorlatok zömét az óra bevezető részének általános hatású gyakorlataival lehet egyesíteni. Pl.: a vállöv és a törzs izmainak bemelegítésére, bedolgozására szánt fejlesztőgyakorlatokat együtt lehet végeztetni a különféle szökdécselésekkel vagy lábujjon járással. Bármely gyakorlatot végeztetünk is, mindig ügyelni kell a bokaízület mozgásamplitúdójának növelésére, azért, mert nagyobb fizikai terheléskor megnyilvánul egy bizonyos tendencia a végtagízületek mozgásának beszűkítésére az izmok és szalagok megfeszítése által, ez különösen éppen a boka-

ízületre vonatkozik. A mozgásamplitúdót megőrizni vagy még növelni csak nagy kitérésű gyakorlatok tudatos alkalmazásával lehet.

A preventív gyakorlatok hatását növelhetjük, ha azokat puha talajon mezítláb végeztetjük. G. V. Posupkin kísérleti csoportjának tagjai a speciális gyakorlatok és könnyűatlétikai edzésük nagy részét puha talajon mezítláb végezték. Ezzel a kinesztetikus érzést is fejlesztették a szakedzéssel egyidejűleg, ami különösen a műkorcsolyázók és ugrók részére igen fontos.

Más kutatók és saját adataik szerint is látható volt, hogy egy foglalkozáson belül alkalmazott különböző megterhelés eltérő hatással volt a lábfejre: kis és közepes terhelés emelte kezdeti lapulás után a boltozatot. Túl nagy terhelés viszont lelapulást okoz. E változásokat a központi idegrendszernek a proprioceptív izomingerekre adott normális reflektorikus tevékenységeként kell értelmezni. Közepes terhelésig az ingert tonizáló faktornak kell tekinteni. Nagy terhelés utáni erős lelapulás azt mutatja, hogy a terhelés túlhaladja az izmok tartóerejét. Az izmok erősítésével emelkedni fog a boltozat, javul a talp puffertevékenysége, ami lehetővé teszi, hogy a szervezet nagy dinamikai terheléseket egészségkárosodás nélkül tudjon elviselni.

A lúdtalp egyik oka az izom és szalagrendszer csökkent tónusa, amihez túlzott bokaterhelés, rossz lábbeli stb, csatlakozhat. Az izmok fokozatosan megnyúlnak, funkciójuk gyengül, és gyorsan kialakul a lúdtalp, ha serdüléskor a rohamos testsúlygyarapodás még fokozza a túlterhelést. A lúdtalp fáradékonyságot, helyi és derékig felsugárzó fájdalmakat okozhat. Szavkov és mások ilyenkor a boltozat passzív emelésére betétek viselését tartják szükségesnek. A szerzők azon az álláspontón vannak, hogy a gyógyításnak is alapmódszere a boltozat tartóizmainak, szalagoknak és a boka-lábfej ízületeknek erősítésére végzett speciális komplex torna. Hatásuk fokozására kiegészítésként úszást és sok mezítlábjárást ajánlhatunk (puha talajon, homokon).

A lúdtalp elleni küzdelem funkcionális jellegű, gyógyító-megelőző rendszabályai a szervezet általános edzettségét javítva, közvetve elősegítik a jobb versenyeredmény elérésének lehetőségét is. (A záradék 29 forrásmunkát sorol fel.)

Ismerteti: *Dr. Herendi Vilmos*

Szakirodalmi figyelő

● TF tudományos közlemények 1970/1

Változatos és színvonalas tanulmányokkal jelent meg a TF Tudományos Közlemények legújabb száma.

Kertész T. a 80 m-es és a 100 m-es női gátfutás összehasonlító elemzését végzi el. Mint ismeretes, az IAAF Technikai Bizottsága megreformálta a női gátfutást a 100 m-es távolság bevezetésével. Az új méret új követelményeket állít a sportolók elé: befolyásolja a gátvétel és a futás technikáját. A szerző a két technika közötti különbséget vizsgálja, és az edzői gyakorlatban jól hasznosítható következtetéseket von le.

A következő tanulmány a mozgásritmus vizsgálatával foglalkozik a felemáskorlát-gyakorlatoknál. A szerző, Kulcsár L. szerint a mozgás ritmusának helyes megértése csak komplex módszerrel érhető el. Egy ilyen komplex vizsgálatot végez el a szerző, amely szintén sok gyakorlati megállapítást tartalmaz, főleg a tornász edzők részére.

Frenkl R. cikke az edzett szervezet fekélyrezisztenciájának humorális mechanizmusát ismerteti. A kísérletekkel alátámasztott írás nemcsak a sportorvos számára figyelemre méltó, hanem érdekes és hasznos a sporttal foglalkozó egyéb szakember számára is. A következő tanulmány is a sportorvoslás köréből való: Apor P.—Malomsoki J.—Szmodis I. „A vitális funkciók elkülönülése a terhelést követő restitúció alatt".

Dobozy L. „Speciális alpesi képességek fejlesztéséről a száraz időszakban" című tanulmánya elemzi a magyar helyzetet, és tudományosan megalapozott edzési eljárást ajánl a speciális erőállóképesség fejlesztésére és a száraz időszak alatti technikai eljárások alkalmazására. Még egy, a sízéssel foglalkozó tanulmány is van a kötetben: Kővári Károlyné—Miltényi Márta „A sízó mozgásainak anato-technikai elemzése ‚lábjáték' technikával végrehajtott tiszta lendület közben".

Sok érdekességet ismertet a tenisz történetéből Jákfalvi B. írása, amely a teniszjáték fejlődésének aktuális problémáit elemzi. Bemutatja a szerző a „falhozverősdit", a tenisz ősének elterjedését Magyarországon, továbbá a lawn tennis angliai meghonosodását, a Davis Cup beindulásának jelentőségét és a teniszvilág jelenlegi problémáit, haladásának fő irányát.

Tóth I. tanulmányában az edzés hatásáról olvashatunk a 11—14 éves lányok és fiúk ruganyosságának fejlődésére. A cikk egyik érdekes megállapítása az, hogy a rendszeres sportfoglalkozások nem változtatják meg a ruganyossági mutatók fejlődési trendjét, csak az értékeket növelik.

Találunk a kötetben egy nem kimondottan sport jellegű értekezést is, Kirschner B. „A júniusi Clemanceau-jegyzék és a párton belüli nézeteltérések a Tanácsköztársaságban". Ezután a cikk után pályamunkák következnek. Az egyik díjnyertes pályamű Makkár M. „A sportági alkalmasság pszichológiai vizsgálata". Külön felhívjuk a figyelmet Bakonyi F. pályamunkájára, mivel közvetlenül is érinti az iskolai testnevelésben dolgozó tanárokat. A tanulmány címe: „A testnevelés és a sport hatása a 10—14 éves tanulók társas kapcsolataira és osztályközösségeik alakulására".

„Az oktató-nevelő munka műhelyéből" című rovatban találjuk Kabos G. tanulmányát a TF tornaprogramjának pedagógiai vonatkozásairól és Száger Gy. felmérését a szakedzőképzéssel kapcsolatban.

Az „Aktualitások" rovat közli Nádori L. „Újabb szempontok az ügyesség fejlesztésében" című cikkét, Porubszky L. történeti visszapillantását a röplabda fejlődésére, amely a „felszabadulással együtt született", továbbá Császi S. tanulmányát a fiatal kosárlabdázók képzéséről és kiválasztásáról.

A „Tájékozódás" című rovat tartalma: Kereszty A. „Részletek a Nemzetközi Sportorvosi Szövetség bukaresti kongresszusának anyagából", Kaszper Lászlóné „A Modern Gimnasztikai Világbajnokság", Lukovics I. „Mik a szovjet vívóiskola jellemzői", Mónus A. „Gyógytestnevelőtanár-képzés a Szovjetunióban", Alexits Gy. Áron—Abád József: „KODOGRÁF, új elektronikus berendezés sportbeli események automatizált rögzítésére".

● A testnevelésbe nem szabad belehalni

Ezzel a címmel közli az olasz La Gazetta Dello Sport annak a vitának az anyagát, amelyet az iskolai sport problémáiról rendeztek. A sok érdekes kérdés közül egyet emelünk ki: a balesetek veszélyét és a testnevelő tanár felelősségét. Az iskolai testnevelésben történt két haláleset kapcsán lángolt fel a vita, és kiderült: nincs állandó orvosi ellenőrzés, rosszak az anyagi és személyi feltételek, így nagy a nyugtalanság, az elégedetlenség a szakemberek körében. Az áldatlan állapot megszüntetésére a pármai testnevelő tanárok értekezletén a következőt javasolták:

— kötelező biztosítást kell bevezetni, melynek díját a sportkörbe történő belépéskor — a tagdíjjal együtt — kell befizetni.

— a feltételek maximális biztosítását, „amelyek lehetővé teszik a polgári felelősség mellett előforduló mindenfajta kockázat vállalását." Röviden tehát vagy megfelelő mértékű közoktatásügyi támogatást kérnek a testnevelők, vagy pedig az előforduló balesetek esetén mindennemű felelősség alóli mentességet.

A cikket olvasván felmerül a kérdés: itthon nálunk mi a helyzet a balesetek terén? Vajon rendben van-e minden?

● Az Osztrák iskolai testnevelés problémái

Ausztriában a középiskolai tornaoktatás 1849-től került bevezetésre fakultatív formában, majd 1897-től kötelezően. A népiskolákban 1869-től kezdve vezették be a testnevelést korszerű tervek szerint, de a gyakorlatban csak szórványosan realizálódott a tervezet, mert hiányoztak a feltételek. A helyzet ma sem sokkal jobb: kevés a tornaterem és a testnevelő tanár. A 3900 község közül csak 900 helyen van tornaterem, az iskolák háromnegyedében még csak tornaszoba sincs, 1500 községben pedig még játszótér sem akad. Az alsóbb osztályokban a testnevelési órát az osztályfőnökök vezetik, akik „ha szeretnek tornázni, együtt játszanak a gyerekekkel, ha nem, akkor pedig mindig találnak kifogást, hogy az óra elmaradjon". A képesítés nélküli testnevelők száma igen magas, a végzettek továbbképzése is alig megoldott: gyakorlatilag egy-egy tanár 30 évenként jut továbbképzéshez! Az illetékes szervek — felismerve korunkban a testnevelés egyre fokozódó jelentőségét — megpróbálnak mindent a helyzet javítására. Reálisan azonban nagyon nehéz valamit is elérni: legutóbb például a felsőbb osztályokban elrendelték az oktatási idő csökkentését, és ez — mint a statisztikákból kiderül — rendszerint a testnevelési órák rovására történik. Országosan 27,3%-ban csökkent — az egyébként is kevés — testnevelési órák száma. (ASKÖ Sport 1869/4 sz.)

● Vívásoktatás az olasz iskolákban

A Közoktatásügyi Minisztérium és az Olasz Vívószövetség bizottságot nevezett ki, melynek feladata megvizsgálni a vívásoktatás helyzetét az olasz iskolai testnevelésben. A bizottság többek között szükségesnek tartja a magán vívóoktatás helyzetének rendezését és egy minisztériumi szakfelügyelet létrehozását. Az olasz vívósport érdekében a jövőben nagyobb támogatásban akarják részesíteni a vívásoktatás iskolai formáját.

KÖRPERERZIEHUNG
Heft 1/1971.

Von unserem schulischen Sport (István Sós, Lehelné Kobela) 1
János Nyíri: Die Körpererziehung in den Mittelschulen Frankreichs 8
Marianna N. Gombos: Untersuchung zum Anspruchsniveau 12
Endre Burka: Beiträge zur Lehrplantheorie (IV) 15
Dr. Károly Juhász: Vom Versorgungsniveau der Körpererziehung mit Ausrüstungsmitteln 19
István Farmosi—Pál Fertői: Hochsprung im ganzen Jahr 24
László Somorjai: Die Quelle der Kraft 27
RUNDSCHAU 29
FACHLITERATUR 31

ОБУЧЕНИЕ ФИЗКУЛЬТУРЕ
№ 1 1971 г.

О нашем школьном спорте (Иштван Шош, Лехелнэ Кобела) 1
Янош Ньири: Физкультура в средних школах Франции 8
Марианна Н. Гомбош: Изучение уровня требований 12
Эндре Бурка: Материалы к теории школьных программ (IV) 15
Д-р Карой Юхас: Об уровне снабжения физкультуры с средствами оборудования ... 19
Иштван Фармоши—Пал Фертёи: Прыжок в высоту в течение всего года 24
Ласло Шоморяи: Источник силы 27
ОБЗОР 29
СПЕЦИАЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА 31

Ára: 2,40 Ft

A testnevelés tanítása

EGYÉNILEG IS ELŐFIZETHETŐ

a Posta Központi Hírlap Irodánál
(Budapest V., József nádor tér 1.)
vagy bármely postahivatalnál

Előfizetési díj egy évre 14,40 Ft
félévre 7,20 Ft

Pénzforgalmi jelzőszám: 215—96 162

Ne felejtse el a befizetési lap hátoldalán feltüntetni, hogy a lapot melyik lapszámtól kezdve kéri!

INDEX: 25.824